



# நான்

உளவியல் சஞ்சிகை  
"Naan" Psychological Magazine



உக்கம்

மார்ச் 40

தை - மாங்குனி

2015



# “நான்”

உளவியல் சஞ்சிகை

மலர் : 40

இதழ்: தை - பாங்குனி, 2015

தனிப்பிரதி விலை 50/-

## ஆசிரியர்:

அ. அமலதாஸ் O.M.I, M.A

## நிர்வாகம்:

லெ. ஆ. ஜெரோம் O.M.I

## ஒருங்கிணைப்பாளர்கள்:

அருட்சகோதரர்கள்

ஜஸீரின் ராஜி O.M.I

சந்திரதாஸ் O.M.I

## நிர்வாகக்குழு:

வின்சன் பற்றிக் OMI, Ph.D

அமதி இறையியல் சகோதரர்கள்

யோசப் பாலா

## ஆலோசனைக்குழு:

டேமியன் O.M.I, M.A

செல்வரட்சுமி O.M.I, D.Psy

பேராசிரியர் சண்முகலிங்கன் Ph.D

நீனா H.C Dip. in Counseling

ஜீவனதாஸ் O.M.I, B.A. (Hons) Dip.in.Ed

ஸ்ரீலிள் B.Th (Rome), M.Sc (Manila)

ஜீவாபோல் O.M.I, M.Ph.

## உள்ளே

பக்கம்

▶ உளக்கப்படுத்தல்	02
▶ பிள்ளை வளர்ப்பில்	07
▶ உளக்கம் ஒரு உளக்கி	19
▶ மாற்றத்தின் உளக்கி	20
▶ துன்பங்களை	22
▶ மீண்டும் உளக்கமாய்	25
▶ உளக்கமும் நல் விளைவு	26
▶ சுயமதிப்பை அதிகரிக்கும்	30
▶ சாதிக்க பிறந்த மனிதன்	33
▶ உளவியலாளர்	35

அன்பான எழுத்தாளர்களே, வாசகர்களே!

‘நான்’ சஞ்சிகை வளர்ச்சியில் நங்கள்

ஒத்துகலப்பிற்கு நன்றி.

தொடரும் கிதழ்க்கான ஆக்கங்களையும்

கீழ்வருகின்ற கருத்துக்களையும் எழுத

கவனம் மாநம் 11ம் தகதிக்கு முன்னர் எழுது

முடிவாக்கு அனுப்பி கையுங்கள்.

நன்றி.

வாசகர்களே! உங்கள் உளவியல் சிந்தனையில் விரியும் அடுத்த இதழின் (ஒருங்கிணைப்பு) தன்மைக்கேற்ப அட்டைப்படத்தை அலங்கரிக்க விரும்புவோர் e-mail மூலமாகவோ கடிதம் மூலமாகவோ படங்களை தெரிவு செய்து எமது முகவரிக்கு அனுப்பிவைக்க முடியும். நன்றி.

## “NANN”

Psychological Magazine

“Vasanthaham”, Swamiyar Road,

Colombuthurai, Jaffna.

Sri Lanka

Tel. 021- 222 - 5359

Email: naanscholasticate@gmail.com

## “நான்”

உளவியல் சஞ்சிகை

“வசந்தகம்”, சுவாமியார் வீதி,

கொழும்புத்துறை,

யாழ்ப்பாணம், இலங்கை.

தொ. பேசி. 021 - 222 - 5359

மின் அஞ்சல்: naanscholasticate@gmail.com



## என் இனிய வாசகர்களே!

2015ம் ஆண்டின் முதல் பிரதியாக வெளிவரும் “ஊக்கம்” இதழுடாக உங்களோடு தொடர்புகொள்வதில் மகிழ்ச்சியடைகின்றேன்.

தூண்டுதல்/ஊக்கம் என்பன நம் வாழ்வுக்கு மிகவும் பரிட்சையமான சொற்பதங்கள். தூண்டுதல்/ஊக்கங்கள் தரும் கதைகள், உரையாடல்கள், பாடங்கள், மனிதர்கள், சூழல், இறை நம்பிக்கை, புத்தகங்கள், நிகழ்வுகள் என பல காரணிகளை வரிசைப்படுத்திக் கொண்டே போகலாம். இலட்சியத்தை மையமாகக் கொண்டு பயணம் செய்யும் மனிதர்களுக்கு ஆரோக்கியமான தூண்டுதல்கள்/ ஊக்கங்கள் மிக முக்கியமானது.

உளவியலின் பார்வையில் ஊக்கம்/தூண்டுல் பற்றி பல கோட்பாடுகள் இருப்பினும் அனைத்துக் கோட்பாடுகளும் மனித நடத்தையை/சிந்தனையை நேரிய வழியில் உருவமைக்க ஒன்றொடொன்று தொடர்புபட்டதாய் இருப்பதைப் பார்க்கலாம். இன்று நம் தமிழ் சமூகத்தில் நடத்தை கோலங்கள் மாற்றம் பற்றி பலரும் பலகோணங்களில் பேசுகின்றார்கள். நாம் எந்த குழுவை சார்ந்து வாழ்ந்தாலும் எமது செயல்கள் தனி மனிதனுக்கும் சமூகத்திற்கும் பயன்பாடுள்ளதாக அமைய சிந்தனைகள் நல்ல முறையில் தூண்டுதல் பெறவேண்டியது அவசியம்.

பெற்றோர்கள் தம் பிள்ளைகளுக்கான பல நல்ல செயல்களையும் பண்புகளையும் வீட்டிலேயே கற்றுக்கொடுத்து ஊக்கப்படுத்துகிறார்கள். பாடசாலையில் மாணவர்களுக்கான ஊக்கமூட்டல் நல்ல ஆசிரியரினால் நெறிப்படுத்தப்படுகின்றது. சமூகத்தைப் பொறுத்தமட்டில் பெரியவர்கள் ஊக்கமூட்டி வழிநடத்துகின்றார்கள், என்பதை நாம் காண்கிறோம்.

ஆரோக்கியமான சூழலில் தூண்டுதலுக்கு தகுந்த பதில் கொடுத்தவர்களின் சிந்தனைகள் செயல்கள் மகிழ்ச்சியாளித்துள்ளது. இருப்பினும், இன்றைய நாட்களில் அநேக நிகழ்வுகள் கவலையையே நமக்கு அளிப்பதால் நாம் எதனால், யாரால் எப்போது, எதற்காக தூண்டப்படுகின்றோம் என்பது கேள்வியாகவே இருக்கின்றது. நல்ல தூண்டுல்கள், ஊக்கம் தரும் அனுபவங்கள் குறைவடைந்து செல்கின்ற போதும், அதற்குள்ளாவோர் அதை பொறுப்புள்ள விதத்தில் ஏற்றுக் கொள்ளாத போதும் நமது வாழ்வு சோர்ந்துபோவதை தவிர்க்கமுடியாது. ஆர்வத்தோடும் தூய நோக்கத்தோடும் நல்ல சிந்தனைகளை தோற்றுவிப்பவர்கள் உங்களது நல்ல செயல்கள் உங்களுக்கும் மற்றவர்க்கும் மகிழ்ச்சி தரட்டும்..

அன்புடன் அ.அமலதாஸ் அமதி



## ஊக்கப்படுத்தல்

வாழ்வின் நம்பிக்கைகளை நிற்க வைக்கின்ற மிகப் பெரிய தூண்கள் எவை தெரியுமா? மற்றவர்கள் நம்மைப் பாராட்டும் தருணங்கள், ஊக்கப்படுத்தும் நொடிகள். வடக்கில் யுத்தம் முடிவடைந்த காலம் இலையுதிர் காலமெனலாம். பல இழப்புக்களைத் தந்து ஓய்ந்தபோது, காய்ந்த கள்ளிச் செடிகளிலும் இலைகளைத் துளிர்க்கச் செய்தது நம் ஒவ்வொருவரது உள்ளத்திலிருந்து புறப்பட்டு வாய்வழி வந்த, ஊக்கப்படுத்தல் வார்த்தைகள் தான்.



தனிநபர், குடும்ப உளசமூகப் பிரச்சினைகளுடன் வருகின்ற நம்மவர்களுக்கு வேண்டிய தீர்வுகளை அவர்கள் தாமாகவே எடுத்துக் கொள்ளும் வகையில் ஆலோசனை வழங்கும் உளவளத்துணை நிறுவனமாகிய, சாந்திகத்தின் உளவளத்துணையாளர்களிடம் பெற்றுக் கொண்ட ஆலோசனைகளின் அடிப்படையில்

“நான்” சஞ்சிகையின் ஊக்கம் என்ற தலைப்புக்கூடாக மற்றவர்களை ஊக்கப்படுத்துவதற்கு பயன்படுத்தும் வார்த்தைகளின் தன்மை பற்றி ஆராய்வோம்.

வார்த்தைகளால் ஊக்கப்படுத்துவது என்பது, உண்மையில் மற்றவர்கள் மனதில் ஆழ்மனதில், தான் செய்கின்ற காரியங்களில் உள்ளே நோக்கி, ஈர்க்கப்பட்டு, தன்னம்பிக்கையையும், செய்து முடிக்க வேண்டுமென்ற ஆர்வத்தையும் ஏற்படுத்துவதாகும்.

**கெட்டிக்காரி/கெட்டிக்காரன்:** நாங்கள் செய்கின்ற செயல்களுக்கு யாராவது கெட்டிக்காரர்கள் என்று சொல்லும்போது, ஆராய்ச்சி எதுவும்



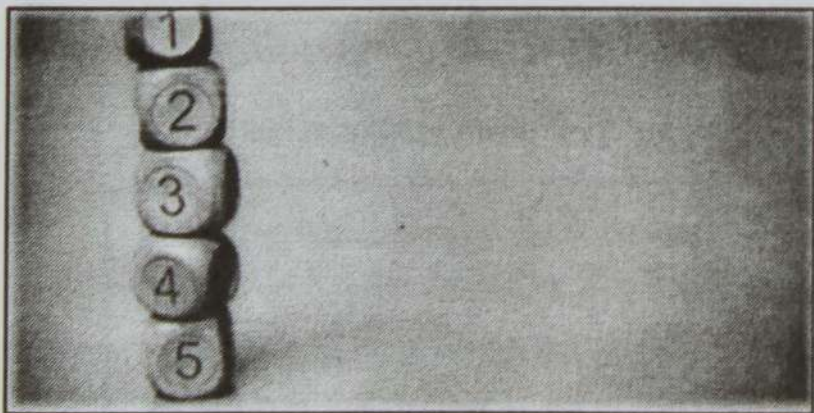
செய்யாமல் மனம் ஒருகணம் சந்தோசத்தில் மிதப்பதை உணர்கின்றோம். அந்த உணர்வு எங்களை மேலும் அச்செயலை நன்றாகச் செய்ய வேண்டும். என்ற தன்னம்பிக்கையை விதைப்பது மட்டுமன்றி, சரியான பாதையில் எங்களை வழிநடத்துகின்றது. அந்த ஓர் வார்த்தையில் கிடைக்கின்ற உற்சாகத்துக்கும் ஊக்கத்துக்கும் வேறு எந்த வார்த்தைகளையும் கொண்டு வர்ணிக்க முடியாது.

நான் ரிப்போர்ட்டை கொண்டுவந்து குடுத்ததும் அப்பா பாத்திட்டிடுக்  
நல்லம் என்று சொன்னால் எனக்கு அண்டைக்கு முழுதும் ஒரே  
சந்தோசமா இருக்கும் இனி எல்லாமுறையும் இப்பிடி நல்ல மாக்ஸ்  
எடுக்கவேணும் போலயே இருக்கும்

நன்றாக இருக்கிறது! அழகாக இருக்கிறது!: நாம் செய்கின்ற செயல்களை யாராவது ஒருவர் நன்றாக இருக்கிறது, அழகாகச் செய்திருக்கின்றீர்கள் என்று சொல்லி ஊக்குவிக்கும்போது அந்தச் செயல் திருப்திகரமாகவும், பூரணமாகவும் செய்து முடிக்கப்பட்டு விட்டது என்ற உணர்வு எங்கள் மனதில் எட்டிப்பார்ப்பதை நாம் அனுபவித்திருப்போம். “நான் செய்து குடுத்த மூக்கு வைச்ச பொம்மையை எங்கடை ரீச்சர் வகுப்பிலை எல்லாருக்கும் காட்டி பிள்ளைகளே இது மாதிரி எல்லோரும் செய்யப் பழக வேண்டும். என்றை பிள்ளையள் எப்பவுமே கெட்டிக்காரப் பிள்ளைகள் எல்லாம் செய்திடுவாங்கள். எண்டு சொன்னது எனக்கு இண்டைக்கும் மறக்க ஏலாது. அந்த மூக்குப் பொம்மையை இப்பவும் வைச்சிருக்கிறன்.

“நான் செய்துகுடுத்த மூக்குவைச்ச பொம்மையை எங்கட ரீச்சர் வகுப்பிலை எல்லாருக்கும் காட்டி பிள்ளைகளே இது மாதிரி எல்லோரும் செய்யப் பழகவேண்டும். என்றை பிள்ளையள் எப்பவுமே கெட்டிக்காரப்பிள்ளைகள் எல்லாம் செய்திடுவாங்கள். எண்டு சொன்னது எனக்கு இண்டைக்கும் மறக்க ஏலாதது அந்த மூக்குப் பொம்மையை இப்பவும் வைச்சிருக்கறன்.

உங்களால் ஏனும், உன்னாலை முடியும்:



“உங்களால் செய்ய முடியும், இந்த வேலைக்கு நான் தேவையில்லை, தனிய செய்திடுவாய், கலக்கீட்டாங்க, எனக்கு அப்பவே தெரியும் நீ செய்திடுவாய் என்று” போன்ற வார்த்தைகள் நம் ஒவ்வொருவருக்கும் நம்பிக்கைக் கற்களை செதுக்கிவிடும் உளிகளைப்

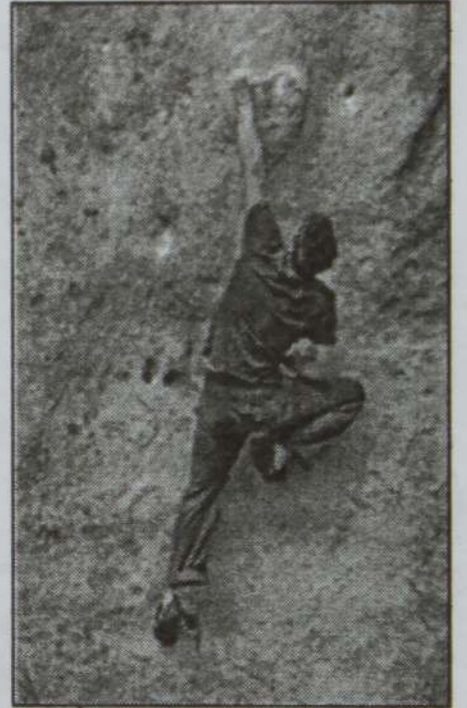


போன்றது. நாளை வடிக்கவிருக்கும் நல்லதொரு சிற்பத்துக்கு தருகின்ற ஊக்கப்படுத்தல் செய்முறை இதுவாகும். வார்த்தைகளில் உள்ள சக்தியை நாம் அப்போது உணர்ந்து விடுகின்றோம். “எனக்கு முந்தியெல்லாம் வங்கிக்கு போய் காசு எடுக்கின்றதென்றால், அந்த வேலை முன்பெல்லாம் சரியான பயம், ஒரு நாள் நான் போய் காசு எடுத்துக் கொண்டு வர என்னுடைய அவர் “பிறகென்ன இனி நான் தேவையில்லை” எண்டு சொன்னது எனக்கு எவ்வளவு சந்தோசமா இருந்தது தெரியுமா.

“எனக்கு முந்தியெல்லாம் வங்கிக்கு போய் காசு எடுக்கிறதென்றால் ஒரு நாள் நான் போய் காசு எடுத்துக் கொண்டுவர எங்கடை அவர் “பேந்தென்ன இனி நான் தேவையில்லை எண்டு சொன்னது எனக்கு எவ்வளவோ சந்தோசமா இருந்தது.

நீ செய்யாத வேலையா? மறுபடியும் முயற்சி செய்:

எத்தனையோ விடயங்களில் எங்கள் முயற்சிகள் தோற்றதுண்டு. ஆனாலும், நாங்கள் மீண்டும் மீண்டும் முயற்சி செய்யத் தயங்குவதில்லை. சில வேளைகளில் முயற்சிகளில் தடங்கல் ஏற்படும்போது, மனம் சோர்ந்து தடுமாறுகின்ற அந்த சந்தர்ப்பத்தில் யாராவது ஒருவரின் அனுசரனையான ஒரு வார்த்தைதான் எங்களைத் தாங்கிப் பிடிக்கின்றது. செய்துமுடிக்க வேண்டிய காரியங்களை செய்வதில் உள்ள தடைகளைத் தாண்டிச் செல்ல உதவியாக இருக்கிறது. அந்த நேரத்தில் அந்த வார்த்தைக்கு இருக்கின்ற சக்தி அளவற்றதாகி விடு



கின்றது. நம் வாழ்வில் பல தருணங்களில் இந் நிலையை அனுபவித்திருக்கின்றோம். “என்றை வெங்காயத் தோட்டம் மழையிலை அழிஞ்சு போய் நான் இனிமேல் என்ன செய்யுறதெண்டு தெரியாமல் மனமுடைஞ்சு போய் இருந்த நேரம் மணியண்ணை சொன்ன வார்த்தை : தம்பி நடந்தால் நாடெல்லாம் உறவு, படுத்தால் பாயும் பகையடா! இப்ப என்ன நடந்து போச்சு நாங்கள் இருக்கிறம் நீ செய்யாத தோட்டமே விட்டுட்டு அடுத்த வேலையைப் பார்”

“என்றை வெங்காயத் தோட்டம் மழையிலை அழிஞ்சுபோய் நான் இனிமேல் என்ன செய்யுறதெண்டு மனமுடைஞ்சுபோய் இருந்த நேரம் மணியண்ணை சொன்ன வார்த்தை: தம்பி நடந்தால் நாடெல்லாம் உறவு படுத்தால் பாயும் பகையடா! இப்ப என்ன நடந்துபோச்சு நாங்கள் இருக்கிறம் நீ செய்யாத தோட்டமே விட்டுட்டு அடுத்த வேலையைப்பார்”



## Well done:



இவ்வார்த்தைக்கு மிகப் பெரிய மகா சக்தியிருக்கின்றது. அதிக வேலைப் பளுவின் நடுவில் நாம் செய்கின்ற புதிய முயற்சிகளும் புத்துருவாக்கங்களுக்கும் தகுந்த ஊக்கப்படுத்தல்கள் கிடைக்காவிடின் சில சந்தர்ப்பங்களில் நாம் சோர்ந்து போய் விடுவோம். ஆனால் செய்கின்ற வேலைகளுக்கு முடிவில் “நன்றாக முடிந்திருக்கின்றது” என்ற வார்த்தையை உதிர்த்து விடும் போது அந்த வேலையின் மகத்துவமும் நாம் நன்றாகத்தான் செய்திருக்கிறோம். மற்றவர்களை திருப்தி படுத்தியிருக்கின்றோம் என்ற உணர்வு

தொடர்ந்து அடுத்த வேலையைச் செய்வதற்கு தூண்டுகோலாக அமைகின்றது.

“எங்கடை அலுவலகத்திலை எங்களுக்கு பொறுப்பா இருக்கிற சேர் ஒரு நாள் நாங்கள் செய்துமுடிச்ச வேலைக்கு வெள்ளைத் தாள் ஒன்றில் “Well done” என்று எழுதித் தந்தார் எனது அறையில் அதை ஒட்டி வைத்திருக்கின்றேன். இப்பவும் அதைப் பார்க்கும் போது தானாவே உற்சாகம் பிறக்கும்”

உன்னிடம் உள்ள திறமைகளைச் சொல்லி ஊக்கப்படுத்தல்

உங்களுக்கு நினைவிருக்கும், சில வேளைகளில் எங்களால் குறித்த சில திறமைகளையும் ஆற்றல்களையும் அழகாக வெளிப்படுத்த முடியும். அவ்வாறு வெளிப்படுத்தும்போது, “நீங்கள் நன்றாகப் பாடினீர்கள்”, “நன்றாக நடனமாடினீர்கள்”, “உங்களுடைய கட்டுரை படித்தேன் சூப்பரா இருந்திச்சு”

# You Are Great

“என்னாலை நம்பவே முடியலை. நீங்க வரைஞ்ச படமா இது வாவ் எவ்வளவு நல்லா இருக்கு” என்று உற்சாகமூட்டும் வார்த்தைகளை யாராவது சொன்னால் எவ்வளவு சந்தோசமாக இருக்கும் அந்த மகிழ்ச்சி நமக்கு கிடைக்கின்ற பரிசில்களை விட, மனதில் அதிக நாட்கள் நிலைத்து நிற்கும். “ஒரு மாசாமா அம்மாவுக்கு வருத்தம் எண்டு நான் பள்ளிக்கூடம் போகாமல் பரீட்சை நடந்த அண்டு தான் போனன். கேள்விகள் எல்லாத்தையும் எழுதி முடிச்சிட்டு விடை



தெரியாமல் முளிச்சுக் கொண்டிருந்தன். அந்தநேரம் அதிபர் வந்து எல்லா ருடைய கொப்பியையும் பாத்துக்கொண்டு வந்தார். விடையெதுவும் எழுதாத கேள்வி மட்டும் எழுதிய என்னுடைய கொப்பியை தூக்கிக் காட்டி, “என்ன அழகான கையெழுத்து இவனைப்போல எல்லோரும் அழகாக எழுத வேண்டும்” என்று சொல்லி விட்டுப் போனார். நான் இண்டைக்கு ஓர் ஆசிரிய ஆலோசகராக இருக்கிறேன். அந்த வார்த்தையும் என்னோடு இருக்கின்றது.


“ஒரு மாசமா அம்மாவுக்கு வருத்தம் எண்டு நான் பள்ளிக்கூடம் போகாமல் எக்ஸாம் நடந்த அண்டு தான் போனன். கேள்விகள் எல்லாத்தையும் எழுதி முடிச்சிட்டு விடை தெரியாமல் முளிச்சுக்கொண்டிருந்தன். அந்தநேரம் அதிபர் வந்து எல்லாருடைய கொப்பியையும் பாத்துக்கொண்டு வந்தார். என்னுடைய விடையெதுவும் எழுதாத கேள்வியை மட்டும் எழுதிய என்னுடைய கொப்பியை தூக்கிக் காட்டி என்ன அழகான கையெழுத்து இவனைப் போல எல்லோரும் அழகாக எழுதவேண்டும்” என்று சொல்லிவிட்டுப் போனார். நான் இண்டைக்கு ஓர் ஆசிரிய ஆலோசகராக இருக்கிறேன். அந்த வார்த்தையும் என்னோடு இருக்கின்றது.

ஒவ்வொரு சந்தர்ப்பத்திலும் எமக்குக் கிடைக்கின்ற ஊக்கப்படுத்தும் வார்த்தைகள் தான் எங்களை வாழ்வில் உயரப்புகளுக்கு அழைத்துச் செல்கின்றது என்றால் மிகையாகாது. மற்றவர்கள் எங்களை ஊக்கப்படுத்தும் போது நாம் எவ்வளவு மகிழ்ச்சியடைகின்றோமோ, அதே அளவுக்கு மற்றவர் களையும் நம் வார்த்தைகளால் ஊக்கப்படுத்த வேண்டும். துன்பத்திலிருக்கும் போதும், தோல்விகளைச் சந்தித்து சோர்ந்திருக்கும் போதும் எங்கள் வார்த்தைகள் மற்றவர்களுக்கு அருமருந்தாக அமைய வேண்டும். அத்தகைய வார்த்தைகளை நம் வாழ்வின் எல்லாச் சந்தர்ப்பங்களிலும் கொண்டு செல்வோம்!

“வார்த்தைகள் இலவசமானது!

வாழ்த்துக்கள் பெறுமதி மிக்கது!

- சாந்திகம் ஊடகக்குழு

 சந்திர தாரர்களே!

உங்கள் வருடாந்த சந்தாப்பணத்தை செலுத்தும் காலம் கனிந்துவிட்டது காலம் தாமதியாமல் உடனடியாக புதுப்பித்துக் கொள்ளுங்கள் ஏமாற்றத்தை தவிர்த்துக் கொள்ளுங்கள் - நன்றி.

- நிர்வாகம் -





## பிள்ளை வளர்ப்பில் ஊக்கமும் விளைவுகளும்

S.ஆப்தீன் - உளவளத்துணை உத்தியோகத்தார்.

பிள்ளைப்பேறு என்பது இறைவன் கொடுத்த வரம், அது ஒரு அருள். இவ்வாறான ஒரு அருளைப் பெறுவதன் மூலமாகவே ஒரு பெண்ணானவள் தாய்மை எனும் அந்தஸ்தை அடைகின்றாள். ஒரு குடும்பம் பிள்ளைப் பேற்றின் மூலமாக அடைகின்ற ஆனந்தமானது அளவிட முடியாதது. அதேபோன்று, திருமணம் முடித்து மறுகனம் பிள்ளைப்பேறு கிடைக்கவில்லை என்றால் அல்லது பல வருடங்கள் கடந்துவிட்டது என்றால் அத்தம்பதிகள் அடைகின்ற துயரமும் மனக்கிலேசமும் அதற்காக அவர்கள் செய்கின்ற செலவுகளும், எதிர்கொள்ளுகின்ற விமர்சனங்களும் வார்த்தைகளால் வர்ணிக்க முடியாதவை. பிள்ளைப் பேறினை தம்பதியர்கள் திட்டமிட்டுக் கொள்வது அவசியம். பிள்ளைகளுக்கிடையிலான இடைவெளி ஆகக் குறைந்தது இரண்டு வருடங்களாக இருக்கவேண்டும்.

ஏனெனில், இவ்வாறான திட்டமிடலானது பிள்ளைகளின் வளர்ச்சி மற்றும் விருத்தியில் முழுமையான பங்கு வகிக்கிறது. இத்திட்டமிடல் பிள்ளை வளர்ப்பு முறையில் ஆதிக்கம் செலுத்துகின்ற பிரதான காரணியாக அமைகிறது.



அடுத்து, பிள்ளையைப் பெற்றெடுத்தால் மட்டும் போதாது. அதனை முறையாக வளர்த்தெடுப்பதும் மிக முக்கியமான பணியாகும். “தாயைப் போல பிள்ளை நூலைப் போல சேலை” மற்றும் “புலிக்குப் பிறந்தது பூனையாகுமா?” “அப்பனுக்குப் பிள்ளை தப்பாமல் பிறந்துள்ளான்” இவை நமது சமுதாயத்தில் பிள்ளைகளைப் பற்றிப் பலர் பயன்படுத்துகின்ற உவமைத் தொடர்களாகும். இவ்வாறான சொற்றொடர்களில் தொணிக்கும் கருத்துக்களின் பின்னணிகள் கூட, பிள்ளை வளர்ப்பின் தாற்பரியத்தைப்பற்றி விளக்குவதினை உணர முடியும்.

அத்தோடு, ஒரு பிள்ளையின் வளர்ப்பு விடயத்தில், அப்பிள்ளையின் வளர்ச்சி மற்றும் விருத்தி தொடர்பாக முழுமையான அறிவைப் பெற்றிருப்பது பெற்றோரின் தலையாயக் கடமையாகும். வளர்ச்சி என்பது, ஒரு குழந்தையின் பௌதீக ரீதியான உடல் நிறை, நிறைக்கேற்ற உயரம், தலையின் சுற்றளவு என்பன தொடர்பிலும், உளவியல் ரீதியில் கற்றுக்கொள்ளும் திறன்கள், உணர்ச்சிகளைக் கையாளும் விதம், தேர்ச்சிகள் மூலம் பெற்றுக்கொண்ட விடயங்கள் போன்றவற்றினூடாகக் கணிக்கப்படுகின்றது. விருத்தி எனும்போது, ஒரு குழந்தை தனது வயது நிலைக்கேற்ப வெளிப்படுத்துகின்ற நடத்தைகள் மற்றும் மனவெழுச்சி வெளிப்பாடுகள் போன்றனவற்றைக் குறிக்கும். இது சீரானதாக அமைதல் வேண்டும்.

மேலும், குழந்தையின் வளர்ப்பில் பெற்றோர்கள் அல்லது பாதுகாவலர்கள் விளக்கம் பெறவேண்டியது மிக முக்கியமான அம்சம்தான், ஒரு குழந்தையின் வளர்ச்சிப் பருவங்கள் பற்றி அறிந்து அதில் இடம்பெறும் விருத்திகள் தொடர்பாகவும் விளங்கிக் கொள்ளல் வேண்டும்.

அவ்வாறில்லாவிட்டால், முறையற்ற நடவடிக்கைகளை குழந்தை வளர்ப்பில் அறியாமல் கடைப்பிடித்து, பிறழ்வான, சமூகத்திற்கு உதவாத, ஆரோக்கியமற்ற குழந்தைகளை விளைவாகப் பெறவேண்டிய துர்ப்பாக்கியமான நிலைமைக்கு தள்ளப்படுவதை தவிர்க்க முடியாது போய்விடும். அந்த வகையில், ஒரு பிள்ளையின் பிறப்பிலிருந்து கட்டிளமைப் பருவம் வரை இடம்பெறும் மாற்றங்களையும் வித்தியாசங்களையும் அறிந்து கொள்வதானது அப்பிள்ளையை முறையாக வளர்ப்பதற்கு உந்துதலளிக்கின்றது.



பிள்ளைகளின் பருவங்களை அறிந்து கொள்தல்:

i. குழந்தைப் பருவம்:

இப்பருவமானது பிறப்பிலிருந்து இரண்டு வயது வரையான காலப் பகுதியில் இடம்பெறும் மாற்றங்களை உள்ளடக்கும். இப்பருவத்தில் பிள்ளையானது முற்று முழுதாக தாயில் தங்கியிருக்கும். தாயுடன் பாதுகாப்பான நெருங்கிய உறவினைக் குழந்தை ஏற்படுத்தும். அத்தோடு, புன்முறுவல் செய்தல், தவழ்தல், இருத்தல், எழும்புதல்,



நடத்தல், கதைத்தல், சத்தங்களுக்கு பிரதிபலிப்பைக் காட்டுதல் என்பனவற்றைக் கொண்டிருக்கும் பருவமாகும். இப்பருவத்தில் தாய்க்கும் சேய்க்குமிடையில் நெருக்கமான பிணைப்பும் பாசமும் உருவாகும்.

பிள்ளைகளின் உடல் இயக்கத் தொழிற்பாடுகள் மற்றும் சமூக தொழிற்பாடுகள் என்பவை வேகமாக வளர்ச்சியடையும் பருவமாக இப்பருவம் உள்ளது.

ii. முன்பள்ளிப் பருவம்/முன்பிள்ளைப் பருவம்:

இப்பருவமானது மூன்று வயது தொடக்கம் ஐந்து வயது வரையான காலப்பகுதியில் இடம்பெறும் மாற்றங்களைக் கொண்டிருக்கும் பருவமாகும். இப்பருவத்தில் பிள்ளை தன்னைச் சுற்றிய உலகத்திற்குப் பழக்கப்பட்டு, மற்றவர்களுடனும் பொருட்களுடனும் அறிமுகமாகி புதிய முறைகளில் விளையாடும். தமது தொடர்பாடலுக்குத் தேவையான மொழியையும், சொற்கள் மற்றும் குறியீடுகளையும் புரிந்துகொள்ளும். இக்காலப்பகுதியில் பிள்ளைகளின் புத்திக் கூர்மையானது அதிகரித்துச் செல்கின்றது. சூழலிலுள்ள பல்வேறு விடயங்களை கேள்விகளைத் தொடுப்பதன் மூலமாக அறிந்து கொள்ள முனைவர்.

ஒரு குடும்பத்திலுள்ளவர்களுடன் அறிமுகமாகி வாழ்வதற்கு முயற்சிப்பர். மனச்சாட்சி விருத்தியடைந்து ஒழுக்க விழுமியங்களை கடைப்பிடிக்கும் நிலைக்கு இப்பராயத்தினர் செல்வர். தனது அடையாளத்தை புரிந்து கொள்வதுடன் பிடிவாதக் குணம் மேலோங்கியும் காணப்படும்.



### iii. பள்ளிப்பருவம்/ பிள்ளைப்பருவம்:

இப்பருவத்தினர்கள் ஆறு வயது தொடக்கம் பன்னிரண்டு வயது வரை உள்ளவர்களைக் குறிக்கும். இந்தப் பருவத்திலேதான் முக்கிய விருத்திப்படிகள் நிகழ்கின்றன. உலகு பற்றிய எண்ணக் கருவானது பாரியளவில் விருத்தியடைகின்றது. தம்மைச் சூழவுள்ள ஒத்த வயதினருடனும் வயது வந்தவர்களுடனும் உறவாடக் கற்றுக் கொள்கின்றனர். இப்பருவத்தில் ஆசிரியர்களின் தாக்கமானது ஆதிக்கம் செலுத்தும். பாடசாலைக் கற்றலின் மூலம் தங்களை வளப்படுத்திக் கொள்ளவும் முயற்சிப்பர்.

சமூக நடத்தைகள் மற்றும் விழுமியங்களைப் பற்றிய எண்ணக்கரு வினை வளர்த்துக் கொள்வார்கள். மனச்சாட்சி மற்றும் ஆள்மன உருவாக்கத்தின் மூலம் நெருக்கடிகளை உடனடியாகக் கையாளும் பாதுகாப்புக் கவசங்களை (Defense Mechanism) ஏற்படுத்திக் கொள்வர். தேவையற்ற பயங்கள் இப்பருவத்தினரை ஆட்கொள்ளும். தங்களை ஒத்த வயதினருடன் முரண்பாடுகளையும் ஏற்படுத்திக் கொள்வர்.

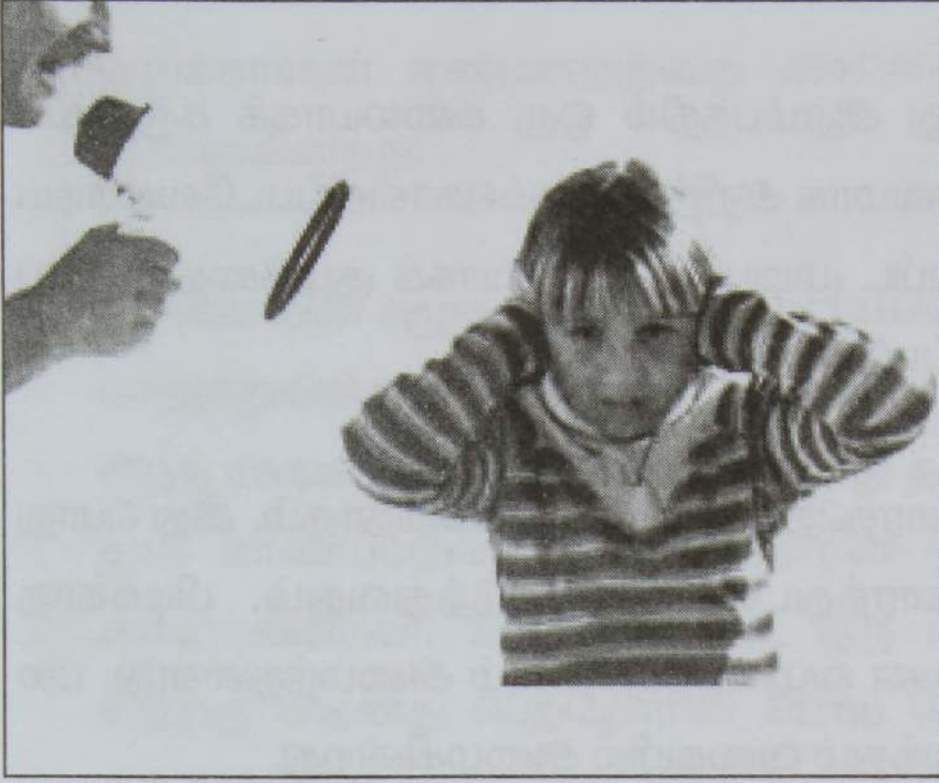
### iv. கட்டிளமைப்பருவம்:

இப்பருவத்தினர்கள் பதின்மூன்று வயது தொடக்கம் பத்தொன்பது வயதிற்குட்பட்ட நிலையினரைக் குறித்தாலும், இருபது வயதிற்கு மேலும் நீடிக்கின்ற சுமார் 23 வயது வரையான காலப் பகுதியையும் உள்ளடக்கும். கட்டிளமைப் பருவத்தின் (Adolescence) ஒரு பகுதிதான் பதின் வயதுப் பருவம் (Teenage) ஆகும்.

முதிர்ச்சிக்கும் குழந்தைத் தனத்திற்கும் இடையிலான நிலைமாரும் பருவம் கட்டிளமைப் பருவம் என்பர். இப்பருவத்தை தமிழில் குமரப் பருவம், வாலைப்பருவம், இளந்தாரி, விடலை போன்ற சொற்களால் அழைப்பர். இப் பருவத்தில் தான் ஒரு மனிதனின் எதிர்கால ஆளுமைக்கான விதை ஊன்றப்படுகின்றது.

படிப்படியாக குடும்பத்திலிருந்து விலகதலும் சுதந்திரமடைதலும் தம் வயதொத்தவர்களுடன் சேர்ந்து உறவுகளை வளர்த்துக் கொள்வதும் செயலாற்றும் திறன்களை விருத்தி செய்தலும் இடம்பெறும். தனித்துவம், சுய அடையாளம் உருவாவது இந்தக் காலப் பகுதியிலேயேயாகும்.





ஒரு குழந்தை பிறந்து 8 வயது வரை பெற்றோர் 100% ஆதிக்கம் செலுத்துகின்றனர். 12 வயதாகும்போது அது 80% எனக் குறைந்து, 18வயதாகும் போது வெறும் 20% எனக் குறைகின்றது. மிகுதி 80% இடத்தை நண்பர்களும் ஊடகங்களும் நிரப்புவதாக ஆய்வுகள் சுட்டிக்காட்டுகின்றன.

இந்தப் பருவத்தில் பாலியல் ரீதியான உணர்வுகள் உருவாக்கம் பெறுவதற்கான வகையில் உடலியல் மற்றும் உளவியல் வளர்ச்சி, விருத்தி மாற்றங்கள் ஏற்படுவதை காண முடியும். அத்தோடு, எதிர்ப்பால் கவர்ச்சியைக் கொண்டதாக காதல் லீலைகளில் கரிசனை கொண்டதாகவும் இப்பருவம் இருக்கும்.

இப்பருவத்தினர்கள் பக்குவமற்றவர்கள். அச்சமும் பயமும் சந்தேகமும் கொண்டவர்கள். ஏற்கனவே பெற்றோர்களின் கட்டுப்பாட்டின் கீழ் வாழப் பழகிய இவர்கள், இப்பருவத்தில், கட்டுப்பாடுகளை விரும்பாமல் தங்களது தேவைகளை தாங்களே நிறைவுசெய்ய முனைவர். தனிமையை நாடுவதும் எடுத்த தற்கெல்லாம் கோபமடைவதும் தனது சுய கௌரவத்தின் மீது அதீத அக்கறை கொள்கின்றவர்களாகவும் இருப்பார்கள். தமது செயற்பாடுகளில் வெளித் தலையீடுகளை பெரும்பாலும் விரும்பமாட்டார்கள். இவ்வாறான வீட்டுக்குள் முரண்பாடுகள் (Home Conflict) தலைதூக்குவதும் உண்டு.

அத்தோடு, சமூக அங்கீகாரம் பெறும் பணிகளைக் கற்றுத் தேர்தல், மாற்றங்களுக்குள்ளான தனது உடலை தேவைக்கேற்றவாறு பயன்படுத்தல், பொருளாதார சுதந்திரம் பெறல், திருமணத்திற்கும் குடும்ப வாழ்க்கைக்கும் ஏற்றவாறு வசதிகளை உருவாக்குதல், பெற்றோரிடமிருந்தும் முதிர்ந்தோரிடமிருந்தும் மனவெழுச்சி சுதந்திரம் பெறல் போன்ற பண்புகளும் இப்பருவத்தினரின் தனிச் சிறப்புக்களாகும்.



## பிள்ளை வளர்ப்பு முறைகள்:

பிள்ளை வளர்ப்பு என்பது ஆரம்பத்தில் ஒரு கலையாகக் கருதப்பட்டாலும் இன்று, அது விஞ்ஞான பூர்வமாக அறிந்து கைக்கொள்ளப்படவேண்டிய ஒரு மகத்தான துறை எனக் குறிப்பிட முடியும். பொதுவாகக் குழந்தை வளர்ப்பானது மூன்று வகையாக நோக்கப்படுகின்றது.

### 1. அதிகாரக் குழந்தை வளர்ப்பு

இந்தக் குழந்தை வளர்ப்பு அதிகாரத்தொனியுடன் அமைவதாகும். இது பொதுவாக செயற்பாடுகளை அதிகாரத்துடன் கட்டுப்படுத்துவதும், பிடிக்காத நடவடிக்கைகளுக்குத் தண்டனை வழங்குவதாகவும் அமைந்துள்ளது. பல சந்தர்ப்பங்களில் இவை அச்சுறுத்தும் வகையில் அமைகின்றது.

### 2. அரவணைப்புக் குழந்தை வளர்ப்பு

இத்தகைய வளர்ப்பு முறையில் கவனிப்புடன் கூடிய அன்பான அணுகுமுறை அவதானிக்கப்படுகின்றது. விமர்சனங்களை விடுத்து புரிந்துகொள்ளக் கூடிய விதி முறைகளைக் கொண்டதாக இவ்வணுகுமுறை அமையும். குழந்தைகளை அவர்களின் இயல்புடன் ஏற்றுக்கொண்டு ஆதரவாக செயல்படுபவராகப் பெற்றோர் இருப்பர். இதுவே ஆரோக்கிய குழந்தை வளர்ப்பு முறையாகவும் ஏற்றுக்கொள்ளக் கூடிய குழந்தை வளர்ப்பு முறையாகவும் கொள்ளப்படுகின்றது.

### 3. ஆதரவற்ற குழந்தை வளர்ப்பு

இங்கு உணர்ச்சி சார்ந்த ஆதரவு இருந்தாலும் புரிந்துகொள்ளக்கூடிய விதிமுறைகள் அற்றிருப்பது பெரும் குறைபாடாகும். இங்கு சரியான கட்டமைப்பு, எதிர்பார்ப்பு அற்ற நிலை காணப்படும். இங்கு குழந்தைகளின் நடத்தைக் கோலங்களுக்கு முக்கியத்துவம் வழங்கப்படாத நிலைமை அவதானிக்கப்படுகின்றது. அத்துடன் தண்டனைகளும் ஒருவித சீரற்ற முரண்பாடான முறைகளிலேயே வழங்கப்படுகிறது.

## தவறான அணுகுமுறைகளும் ஏற்படும் விளைவுகளும்:

1. பெற்றோரின் தவறான முன்மாதிரி: பிள்ளை வளர்ப்பில் பெற்றோர்கள் முதலாவது முன்மாதிரி ஆவர்.

பெற்றோர்களினது பேச்சு, செயல் (நடை, உடை, பாவனை), பழக்க



வழக்கங்கள் என்பனவற்றை அச்சொட்டாக பிள்ளையானது பின்பற்ற முனைகின்றது.

பிள்ளையின் சமூக மயமாதல் (Socialization) செயன்முறையில் ஆதிக்கம் செலுத்துகின்ற முதலாவது முகவராக பெற்றோர்களே காணப்படுகின்றனர். அந்த வகையில், ஒரு பிள்ளையானது தவறான நடத்தைகளைக் கொண்டதாக காணப்படுவதற்கு பெற்றோரின் தவறான முன்மாதிரிகளும் வழிசமைக்கின்றன. உதாரணமாக, ஒரு பிள்ளை கடுமையாக பொய் பேசுவதற்கு அதனது பெற்றோரின் பொய் பேசுகின்ற பழக்கமும் காரணமாய் அமையும்.

## 2. அன்பு செலுத்துவதில் பாரபட்சம்:

பிள்ளை வளர்ப்பில் அன்பு செலுத்துதல் என்பது நிகரில்லாத குணமாகும். பிள்ளைகளுக்கிடையில் பெற்றோர்கள் தங்களது வாரிசு உடைமைகளை பங்கிட்டு வழங்குவதில்



கூட அன்பு ஆதிக்கம் செலுத்தும். அது மாத்திரமன்றி, ஒரு தீன்பண்டத்தை பங்கிட்டுக் கொடுப்பதில் கூட அன்பானது தாக்கம் செலுத்துகின்றது. பெற்றோர்கள் தங்களிடம் உள்ள பிள்ளைகளிடத்தில் அன்பு செலுத்துவதில் நீதியை கடைப்பிடிக்க வேண்டும். பிள்ளைகளை முத்தமிடுவதில் கூட அநீதி இழைக்கப்படக் கூடாது. பிள்ளைகளை ஒப்பிட்டு தாழ்த்தியும் உயர்த்தியும் பேசக்கூடாது. உணவு, உடை வழங்கல் போன்றவற்றில் புறக்கணிப்பு தடைசெய்யப்படல் வேண்டும். அன்பு செலுத்துவதில் ஒரு பிள்ளைக்கு கூடுதலாகவும் மற்றைய பிள்ளைக்கு குறைவாகவும் பாரபட்சம் காட்டும் போது, அப்பிள்ளையானது அடிப்படையில் உளம் பாதிக்கப்பட்டு வன்முறைக் குணம் கொண்டதாக மாறும் என்பதில் சந்தேகமில்லை. அத்தோடு, பிள்ளைகளுக்கு மிதமிஞ்சிய அன்பைக் காட்டுவது கூட ஆரோக்கியமானதல்ல.



அத்தோடு, அன்பு செலுத்துவதில் பாதிக்கப்படும் குழந்தைகள் மற்றும் சிறுவயதிலேயே பெற்றோரை இழக்கும் பிள்ளைகள் திறனற்றதாகவும், சுதந்திரமாக இயங்காததாகவும், தன்னம்பிக்கை, மனவுறுதியை இழந்ததாகவும் காணப்படும். அத்தோடு, பிறர் இப்பிள்ளையின் மீது அதிக அன்பைக் காட்டி அவர்களது தவறான விருப்பங்களுக்கு ஈடுபடுத்த இவ்வாறான பிள்ளைகளை சுலபமாக இசைவாக்கிக் கொள்வர். அது மாத்திரமன்றி, பிள்ளைகளுக்கிடையிலான பாரபட்சமானது, அப்பிள்ளைகளுக்கிடையே குரோதத்தையும் பொறாமையையும் ஏற்படுத்தி பழி தீர்க்கும் நிலைக்குக் கூட இட்டுச் செல்லும்.

3. கற்பித்தல், வழிகாட்டல் மற்றும் உபதேசித்தலில் முறையற்ற அணுகல்: பிள்ளைகளுக்கு கற்பிக்கின்ற வழிகாட்டுகின்ற விடயத்தில் பிள்ளைகளது நிலைமைகள், தன்மைகள் அறிந்து பெற்றோர்கள் சினேகபூர்வமாக நடந்து கொள்தல் வேண்டும். அத்தோடு, பிள்ளைகள் தொடுக்கின்ற அறிகைசார் கேள்விகளுக்கு தகுந்த முறையில் விடையளிக்கப்படல் வேண்டும். மேலும், கற்றல் விடயத்தில் பிள்ளை கொண்டிருக்க வேண்டிய காத்திரமான இலக்கு பற்றி வழிப்படுத்துவதுடன், பிள்ளைக்கு சுமையை ஏற்படுத்துகின்ற விதத்திலான அணுகு முறைகள் பின்பற்றப் படக்கூடாது.

அடுத்து, பெற்றோர்கள் விரும்பியதொன்றை பிள்ளையில் ஏற்படுத்த வேண்டுமானால், ஏசிக்கொண்டும் நச்சரித்துக்கொண்டும் இருக்காமல், பிள்ளைகள் எதை எவ்வாறு எப்போது செய்ய வேண்டும் என்பதை தெளிவாகவும் முறையாகவும் சொல்லிக் கொடுக்க வேண்டும்.

இவ்விடயத்தில் பெற்றோர்கள் கடைப்பிடிக்கின்ற கடுமையான செயற்பாடுகளினாலும் முறையற்ற அணுகு முறைகளினாலும் பிள்ளைகள் காலவோட்டத்தில் கல்விசார் விடயங்களில் பிற்போக்கான நிலைமைகளை அடைவதுடன், பாடசாலையை விட்டு இடைவிலகுகின்ற நிலைக்கும் தள்ளப்படுவர்.

4. தவறை சுட்டுக்காட்டும் முறையற்ற முறைமை: ஒரு பிள்ளையானது தனது அறிகைக்கு உட்பட்ட வகையில் அதற்கு சரியெனத் தோன்றுகின்ற செயற்

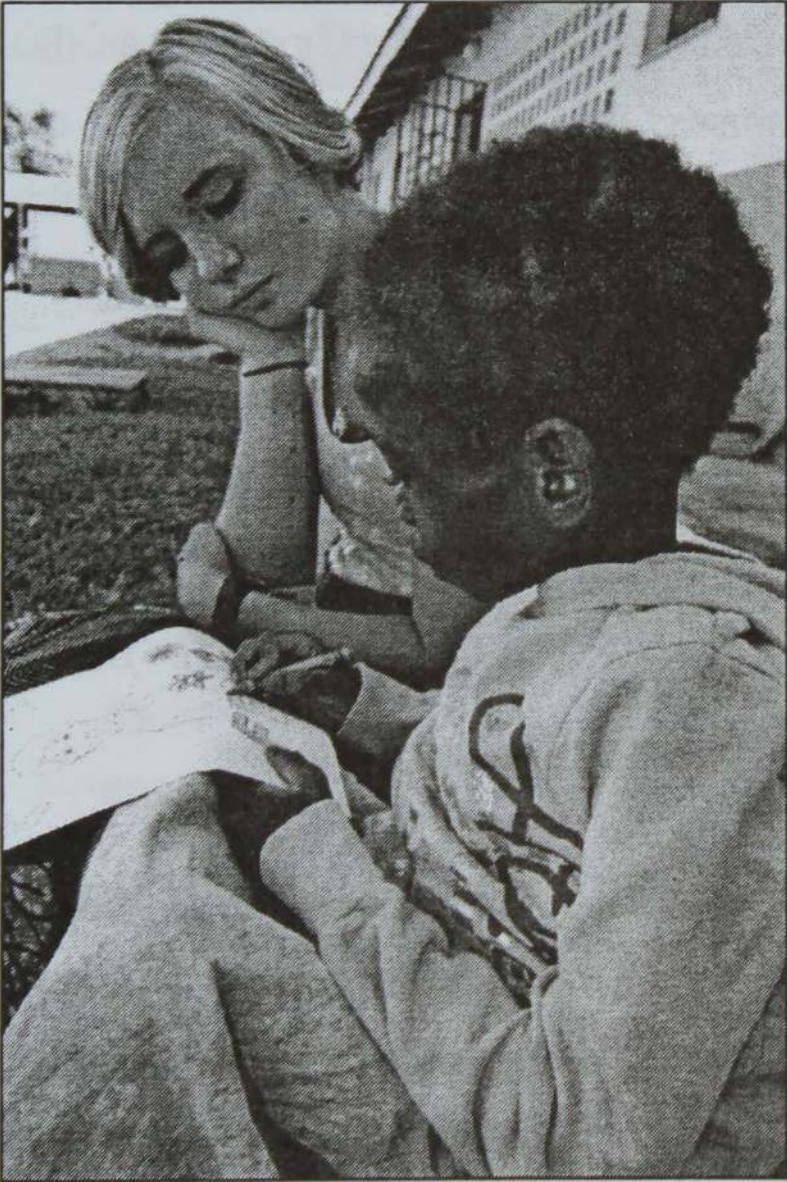


பாடுகளை மேற்கொள்ளும் போது, அது பெற்றோர் விரும்பாத, பெற்றோரின் அவதானத்தில் அது தவறான விடயமாகக் காணப்படலாம். இதன்போது, பெற்றோர் தனது பிள்ளை அவ்வாறு நடந்து கொண்டமைக்காக பிள்ளையுடன் உடனடியாகக் கடிந்து கொள்ளாது, அதற்கான பின்னணிக் காரணங்களை பிள்ளையுடன் கலந்துரையாடி ஆராய்ந்து, அவற்றை திருத்துவதற்கான காரியங்களில் கவனம் செலுத்துதல் வேண்டும்.

மாறாக, முறையற்ற விதத்தில் பிள்ளையுடன் கடுமையாக நடந்துகொள்ள முனைந்தால், பாரிய தவறுகளைப் புரியக்கூடிய நிலைக்கு அப்பிள்ளையை வழிப்படுத்தியதாக அமைந்துவிடும். பின்னர் பெற்றோர்கள் தங்களது அணுகுமுறை தொடர்பில் கவலைப்படவேண்டி நேரிடும்.

#### 5. நல்ல விடயங்களை தட்டிக்கொடுக்காத தன்மை:

பிள்ளைகள் நல்ல காரியங்களில் ஈடுபடும்போது அப் பிள்ளைகளைப்



பாராட்டுவதில் தட்டிக் கொடுப்பதில் பெற்றோர்கள் ஒரு போதும் பின்னிற்கக்கூடாது. அந்த வகையில், சிரிப்பது, கட்டியணைப்பது, நல்ல பிள்ளை என்று சொல்வது போன்ற வற்றை கையாள முடியும். இவ் விடயமானது அந்நல்ல பழக்க வழக்கங்களை அவர்களில் உறுதியாக்கிவிடும். அப்பிள்ளையின் முன்னேற்றத்தில் நேரான தாக்கத்தை விளைவிக்கின்றது.

அதேபோன்று, ஒரு விடயத்தை சுட்டிக்காட்டி அதனைச் சாதித்தால் பரிசு தருவேன் என்று கூறிவிட்டு, சாதித்ததும் அதனை வழங்காமல் சாக்குப்

போக்குச் சொல்லி ஏமாற்றல் கூடாது. இவ்வாறான நடவடிக்கைகள் பெற்றோரைப் பற்றி பிள்ளையிடத்தில் தவறான மனப்பதிவுகளை ஏற்படுத்திவிடும்.



6. பிள்ளையின் எதிர்பார்க்கைகளை விருப்பங்களை புரிந்து கொள்ளாமை: பிள்ளையானது தனக்குரிய பருவங்களில் அதற்கேற்ற எதிர்பார்க்கைகளையும் விருப்பங்களையும் கொண்டிருக்கும். இவற்றில் பெரும்பாலானவற்றை சினேகபூர்மான உறவைக் கடைப்பிடிக்கும் பெற்றோர்களாயின் மனம் விட்டுப் பேசும். சிலவற்றை பேசுவோ வெளிப்படுத்தவோ முன்வராது.

ஆனால், பெற்றோர்கள் தங்களது பிள்ளைகளின் அவ்வாறான விருப்பங்களை புரிந்துகொண்டு, ஆரோக்கியமான விளைவுகளைத் தருவதாயின், நிறைவேற்றிக் கொடுப்பதற்கு முன்னிற்க வேண்டும். ஆனால், தங்களது சக்திக்கப்பாற்பட்ட, எதிரான விளைவுகளைத் தரக்கூடிய பிள்ளைகளது எதிர்பார்க்கைகளை முறையாகவும் சினேகபூர்வமாகவும் அணுகி, அவர்களுக்கு தங்களது நிலைப்பாட்டையும் இயலாமையையும் ஆரோக்கியமாக எடுத்துரைக்க வேண்டும்.

இவ்வாறான நடைமுறைகள் பின்பற்றப்படாத பட்சத்தில், பிள்ளைகள் விரக்தியடைந்து, நெறிபிறழ்ந்து, நம்பிக்கையிழந்து பெற்றோரின் கட்டுப்பாட்டினை மீறி நடப்பதற்கு முனைவார்கள். இங்கு பிள்ளைகள் கெட்ட சகப்பாடிகளின் உறவினை ஏற்படுத்திக்கொண்டு பஞ்சமா பாதகச் செயல்களில் ஈடுபடுவர்.

7. தண்டனை வழங்கல்: பல பெற்றோர்கள் பிள்ளைகளது தவறுகளை தடுப்பதற்காக பிள்ளைகளால் தாங்க முடியாதளவு தண்டனைகளை வழங்குவர். குறிப்பாக அதிகார குழந்தை வளர்ப்பைக் கடைப்பிடிக்கும் பெற்றோர்கள் இவ்வாறு நடந்துகொள்வார்கள். சிறிய குற்றத்திற்கும் பாரிய தண்டனைகளை வழங்கிவிடுவார்கள்.

இதனால் குழந்தைகள் எதிர்ப்பைக் காட்டுபவர்களாக மாறிவிடுவதுடன் குழப்படி, கட்டுக்கடங்காமல் போதல் என்ற நிலைக்குள்ளாகுவர். மேலும், சினம், ஆக்ரோஷம், ஒதுங்கி வாழ்தல் போன்ற விளைவுகள் ஏற்படும். மாறாக, பிள்ளையின் நடவடிக்கைகள் பெற்றோர் எதிர்பார்த்தவாறு அமையவில்லையாயின், தண்டனையை ஆரம்பத்தில் சொல்லி வைத்தல் வேண்டும். பின்னர் அதன்படியே தண்டனையை வழங்குதல் வேண்டும். இது அப்பிள்ளையைக் கடுமையாகப் பாதிப்பதாக அமைதல் கூடாது.



### 8. பிள்ளைகளுக்கு முன்னால் பிரச்சினைப்படல்:

பல பெற்றோர்கள் தங்களது குடும்பப் பிரச்சினைகள் மற்றும் வீட்டுப் பிரச்சினைகளை எல்லாம் தமது பிள்ளைக்கு முன்னால் எடுத்துக்கொள்வதையே வழக்கமாக்கிக் கொள்வர். இதனால், அப்பிள்ளையானது பல்வேறு வகையிலும் பாதிப்படைவதை குறிப்பாக பிள்ளையின் மனம் பாதிப்படைந்து அதனது ஆளுமையில் நேரெதிரான விளைவினை ஏற்படுத்துவதனைப்பற்றி சற்றும் பொருட்படுத்துவதில்லை. இது ஒரு துன்பகரமான நிலைமையாகும்.

இதனைத் தவிர்த்து பிள்ளை வாழுகின்ற சூழலை சந்தோசமானதாகவும் கலகலப்பானதாகவும் வைத்துக்கொள்ள ஒழுங்குகள் மேற்கொள்ளப்படல் வேண்டும்.

### 9. அதிகரித்த சுதந்திரம் வழங்கல்:

பெரும்பாலான பெற்றோர்கள் தங்களது பிள்ளைகளுக்கு எந்தவிதமான கட்டுப்பாடுகளையும் எந்தவொரு சந்தர்ப்பத்திலும் விதிக்காமல், அவர்கள் விரும்பியவாறு அவர்களை செயற்படுவதற்கான அங்கீகாரத்தை வழங்குகின்றனர். அதற்காக அவர்களுக்கு வீட்டில் தனி அறையும் ஏனைய வசதிகளும் செய்தும் கொடுப்பர். குறிப்பாக, இவ்விடயமானது ஒரு குழந்தையின் பிள்ளைப் பருவத்திலிருந்து வழங்கப்படுகிறது.

இவ்வாறான சந்தர்ப்பத்தை பிள்ளையானது நன்றாகப் பயன்படுத்தி கெட்ட சகபாடிகளது உறவை வளர்த்துக் கொள்வதுடன், இன்றைய நவீன உலகில் ஆதிக்கம் செலுத்துகின்ற தகவல் தொழில் நுட்பத்தின் விளைவுகளான கையடக்கத் தொலைபேசி மற்றும் இன்ரெநட் மூலமான வசதிகள் ஊடாக தவறான காரியங்களில் ஈடுபட்டு தன்னையே அழித்துக்கொள்ளும் நிலைமைக்கு செல்கின்றார். இது முறையாகப் பெற்றோரால் வழிப்படுத்தப்படல் வேண்டும்.

### முடிவு:

எனவே, பெற்றோர்கள் தம் பிள்ளை வளர்ப்பில் மேற்சொன்ன தவறான அணுகுமுறைகளை களைந்துவிட்டு, சரியான முறையாகக் கைக்கொள்ளுதல் வேண்டும்.

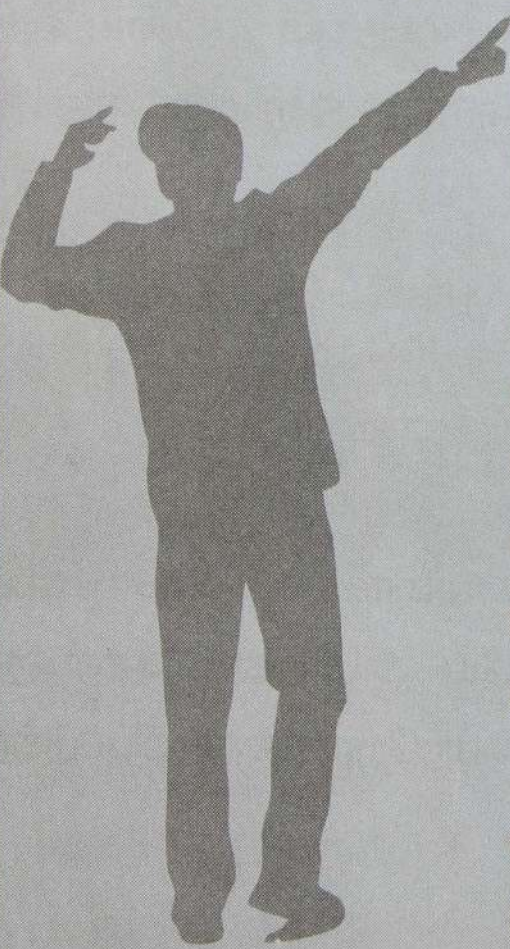


கொள்ளப்படும் போதுதான் அது சமூகத்தில் சிறந்த பிரஜையாக உருவாகி அதன் எதிர்பார்ப்புக்களை ஈடுசெய்வதுடன், சமூகத்தில் ஆரோக்கியமான பரம்பரை ஒன்றினைக் கட்டியெழுப்புவதற்கான தொடர்ந்தேர்ச்சியான செயன்முறையில் அதுவும் ஒரு பங்காளியாக தான் தனது வளர்ப்பில் பெற்றோர் மூலமாகப் பெற்ற அறிவையும் அனுபவத்தையும் பயன்படுத்தும். இதனை தெளிவாக உணர்ந்து பெற்றோர்கள் தனது பிள்ளைக்கு காத்திரமான வழிகாட்டல்கள் மற்றும் அணுகுமுறைகள் மூலமாக வளர்ப்பதற்கான நடவடிக்கையில் கரிசனை செலுத்துதல் வேண்டும்.

### உசாத்துணை:

- i. தயா சோமசுந்தரம், சா.சிவயோகன் (2004), “தமிழ் சமுதாயத்தில் உளநலம்” சாந்தியகம், யாழ்ப்பாணம்.
- ii. எஸ்.சிவதாஸ்(2014), “குழந்தை வளர்ப்பு” மனநல சங்கம், வவுனியா.
- iii. றவ்யுப் ஸெய்ன்(2013), “கட்டிளமைப்பருவம்” சி.டி.எஸ், திஹாரிய்ய.

## போராட்டக் கீழ்க் கேள்வி எது?



இத்தாலிய விடுதலை வீரர் கரிபால்டி ஆயிரக்கணக்கான இளைஞர் முன்பு நாட்டின் விடுதலைக்காக போராடும்படி ஆவேசமாகப் பேசினார்.

ஒருவன் கேட்டான், ‘நான் சண்டையிட்டால் எனக்கு என்ன கிடைக்கும்?’ என்று. கரிபால்டி சொன்னார், ‘காயங்கள், தழும்புகள், வெட்டுக்கள் மட்டுமல்ல. மரணமும் கிடைக்கும். ஆனால் ஒன்றை நினைவில் வை. உனது காயங்கள் மூலம் இத்தாலி விடுதலை அடைகிறது’ என்று.

வாழ்க்கையில் எத்தனையோ பிரச்சினைகள் உங்களுக்கு எதிராக யுத்தகளம் அமைத்து விடுகின்றன. ‘வெற்றி நமதே’ என்ற நம்பிக்கையுடன் நீங்கள் களத்தில் குதித்தாக வேண்டும்.



உ

க

க

டு

ஒ

ரு

உ

க

கி

நவீன உலகத்தில் நலங்கள்  
விளைவிப்பது உணக்கம்.

சிறியோர் முதல் பெரியோர் வரை

நிலைகளை உயர்த்தி  
நிம்மதி தருவது உணக்கம்.

கல்வி கற்க உணக்கம்.

கற்றுத் தெளிய உணக்கம்.

மாறும் உலகில் மாற்றங்களுக்கு  
முகங்கொடுக்க உணக்கம்

கற்றுத் தெளிந்தவர்க்கு உணக்கம்

பொருத்தமான தொழில்தேட உணக்கம்

தொழில் சிறக்க உணக்கம்.

தொழிலை நேர்த்தியாகச் செய்திட உணக்கம்

தொழிலில் மேன்மை பெற்றிட உணக்கம்

உணக்கம் மகிழ்ச்சி தரும்.

உயர்வுக்கு பலம் அளிக்கும்.

ஏழைக்கு ஏழ்மை தீர்ப்பது உணக்கம்.

செல்வந்தர்க்கு பெருமைசேர்ப்பது உணக்கம்.

தேவையான சிந்தனையை உரமாய் போட்டுநின்று

தேவையற்ற சிந்தனையை களைகளாய் அகற்றிவிடும்.

நிறைந்தவர் வாழும் உலகத்தில்

மனவெழுச்சிக் கோலங்களை நேராக மாற்றிவிட

உணக்கம் உணக்கியாகத்தான் நின்று செயற்படும் அது

மன ஒருமை தந்து மகிழ்ச்சியைப் பெருக்கிடும்.

- திருமதி. ச. ஜார்ஜ் -





மாற்றத்தின் ஊக்கிகளாநாம்?

யோசப்பாலா - உளசமூகசீராள்

மாற்றம் என்பது எல்லா நிலையினரும் எதிர்பார்க்கும் நிலையாக, இன்றைய பொழுதுகளில் உரத்துக் கேட்கும் சொல்லாக உள்ளது. அவையாரோ செய்வார்கள் என்றிராமல் அரசியலில், ஆன்மீகத்தில், சமூகத்தில், குடும்பத்தில் இளையோர்மட்டில் மாற்றம் வேண்டும் என எதிர்பார்க்கும் நாம் எம்மில் எந்த மாற்றத்தை ஏற்படுத்த முனைகிறோம்? எந்த விடயத்தில் இருந்து நாம் மாற வேண்டும்? நான் மாறினால் என் குடும்பம், சமூகம் ஏன் எல்லா நிலையிலும் மாற்றத்தின் ஊக்கியாக நான் பங்களிக்க முடியும் அல்லவா?

கொலன்ட் நாட்டில் ஒரு சிறுவனின் முயற்சியில் ஏற்பட்ட மாற்றம் ஒரு நாட்டையே காத்தவரலாறு உண்டு. ஒரு இளைஞனினால் ஏற்பட்ட சிந்தனை மாற்றம் பலரை ஊக்கப்படுத்தி சமாதானத்தின் சரித்திர நாயகனாக நெல்சன் மண்டேலாவைப் போற்றவில்லையா? வறட்சி, வறுமை என்று வனாந்திர மாவதைக் கண்டு தன் பணியில் மர நடுகை மூலம் பசுமைக்கு உதவிய மில்க்வைற் கலாநிதி கனகராஜா சொல்லாமல் செய்யும் மாற்றத்தின் முயற்சி முன்னுதாரண ஊக்கமூட்டும் செயலாக இன்றும் பேசப்படுவதுதான் மாற்றத்தின் பங்காளராக ஊக்கமூட்டும் செயல்களே.

இன்றைய சமூக மாற்றத்திற்கு ஊக்கமூட்டும் நல்ல சிந்தனையுடைய வர்கள் முன் வந்தால் அச் சமூகத்தின் மாற்றத்திற்கு ஊக்கமூட்டும் பொது



அமைப்புகள், இளையோர் அமைப்புகள், மகளிர் அமைப்புகள், சிறுவர் களுக்கு ஊக்கமூட்டும் உள, சமூக, ஆன்மீக, ஆரோக்கிய சமூகத்தை வெளிப் படுத்தி முன் உதாரண ஊக்கிகளாக முடியும்.



“நல்லது, சிறந்தது, எதையும் சாதிக்க நீ விரும்பினால் எழுந்து, முனைந்து, செயலாற்ற வேண்டும்” என அன்னை ஸாரதாதேவி குறிப்பிடுகிறார். இதனை ஒரு சிலர் செயல்

படுத்துவது தான் சில கிராம சமூக மாற்றத்துக்கு காரணமாகிறது. பொது செயல்பாடுகளில் பங்கேற்று இணைந்து கொள்ளும் ஊக்கிகளாக இன்றைய இளையோர் முன்வரும்போது பொறுப் பேற்கும் புதிய தலைமைகள் சொல், செயல் வாழ்வில் மாற்றத்தை ஏற்படுத்துவதுடன் சமூக மாற்றத்தின் உளவெளிப்பாடுகளும் சிறந்த ஊக்கமூட்டும் பணிகளாகும்.

ஒரு முறை போன இளமை போனால் போனது தான். செயலை தப்பவிட்ட பின் ஒருபோதும், செய்துமுடிக்க இயலாது அதை” என ராபர்ட் பிரெளனிங் கூறுவார் தவறிப்போன காலமும் நேரமும் கரைந்து போன இளமைக் காலமாகாது இன்றே, நன்றே செயல்படும் ஊக்கியாக மாறும் இளமையின் செயல்கள் தன் வாழ்வையும், சமூக மாற்றத்திற்கும் ஒளிர வைக்கும் பிரகாச ஒளியாக மிளிர் வாய்ப்பாகும்.

பிறரிடம் எதிர்பார்க்கும் உதவிகள் பாராட்டுக்கள் யாவும் எமது முயற்சிகளால் செயல்பட முனையும் ஒவ்வொரு செயலிலும் தான் உன் வாழ்வின் உயர்வு இரட்டிப்பாகும், தலைமை ஏற்கும், தனித்துவமாக வாழ்வு மாற்றம் பெறும், என்பதனை அனுபவத்தில் காண விரைந்து, எழுந்து, சிறந்து செயல்படும் சமூக மாற்றத்தின் செயல்களில் இறங்குவதே இன்றைய காலத்தில் ஊக்கிகளின் உன்னத பணியாகும்.





## துன்பங்களை இன்பங்களாக்கமாற்றும் ஊக்கம்

திருமதி.சுஜாத்தா சசிசுமார்  
அம்பன் குடத்தனை.

வாழ்க்கை என்பது ஒரு புதிர் என்கின்றோம். புரியாத விடயத்தை புதிர் என்கின்றோம். உண்மையில் என்ன புரிந்துகொள்கிறோமோ எப்படி புரிந்து கொள்கிறோமோ அதுதான் வாழ்க்கை. ஆகவே நாம் நினைத்தால் வாழ்க்கை என்ற புதிருக்கு விடை கண்டுபிடித்துவிடலாம். அதேபோல் வாழ்க்கையில் இன்பங்களும் துன்பங்களும் மாறி, மாறி நிகழ்வது வழமைதான். அவற்றினை நாம் ஏற்றுக் கொள்கின்ற நிலையினைப் பொறுத்தே எமது வாழ்நாளும் அமைந்துவிடுகின்றது.

அந்தவகையில் “ஊக்கம்” எனும் சிறு ஆக்கத்தினை சமூகத்தின் நடைமுறை வாழ்வினைப் புரட்டிப் பார்க்கும் வகையிலே எழுதலாம் என எண்ணுகின்றேன். அதாவது ஊக்கம் எனும் சொற்பதத்திற்கு “ஊக்கி” என்றும் உளவியல் துறையில் சித்தரிக்கப்படுகின்றது. இது அக ஊக்கி, புற ஊக்கி என இரு வகைப்படும். இவ்விடயம் ஒவ்வொரு மனிதனுக்குள்ளும் தொடர்ந்து இருக்கவேண்டும். ஒவ்வொரு தனி மனிதனுக்கும் சுய மதிப்பு, சுய கௌரவம் இருக்கின்றது போல சுய ஊக்கமும் இன்றியமையாத ஒன்றாகும்.

ஒவ்வொரு மனிதனில் நடைமுறை வாழ்வினை எடுத்து நோக்குவோமானால் கடந்த காலங்களில் பல்வேறுபட்ட காரணங்களினால் இளமையில்



சருகாகிப் போன இளம் உள்ளங்களும் அவர்களின் உறவுகள் எதிர்நோக்கும் துன்ப துயரங்களையும் அவற்றையும் தாங்கி அவர்கள் வாழ்ந்து காட்டும் முன்னேற்றமான செயற்பாடுகளையும் பார்க்கும்போது அவர்களுக்குள் ஓர் சுய ஊக்கம் இருக்கின்றது என்பதே அர்த்தம்.

அதாவது போரின் விளைவுகளால் இறப்புக்கள், அங்கவீனங்கள், காணாமற் போனவர்கள் என்று எமது சமூகம் எதிர்கொள்ளும் துன்பங்கள் எண்ணில் அடங்காதவை. அவற்றுக்குள்ளிலிருந்தும் தமது தேடலில் மூலம் கிடைப்பார்கள் என்று ஊக்கத்தோடு தமது உறவுகளைத் தேடி அலைகின்றார்கள். எத்தனை வருடங்களுக்கு மேலாக உறவுகள் கிடைக்கும் பட்சத்தில் அவர்களின் முயற்சியும் இன்பமயமாகும். நிச்சயம் அவர்களின் தேடல் நல்ல பலனைத் தரவேண்டும் என்பதே எனது ஆசையும்.



மேலும் எமது சமூகத்தில் பெண்கள் தலமை தாங்கும் குடும்பங்கள் 80000ற்கு மேற்பட்டவர்கள் வாழ்ந்து வருகின்றார்கள் என ஆய்வில் கூறப்படுகின்றது. ஆனால் இவர்களின் வாழ்க்கை முறைகளும் உள நெருக்கீடுகள் என்று பார்க்கும்

போது இவர்களில் ஒரு சாரார் சுய முயற்சியோடு தமது வாழ்க்கையினை நடாத்துகின்ற நிலை காணப்படுகின்றது. இது இவர்களுக்கு ஏற்படும் சுய ஊக்கமும் பிறர் ஆதரவும் என்றே கூற வேண்டும். அடுத்து ஒரு சாரார் எதுவித முயற்சியும் இல்லாது பிறழ்வான நடத்தைக் கோலங்களைக் கொண்டு வாழ்கின்றார்கள். எனவே எம்மில் இருக்கும் பிறழ்வான நடத்தைக் கோலங்களை மாற்றி துன்பம் எப்போதும் எம்மை சிறைப்பிடிக்கவிடாது அவற்றுக்கு எதிர்நீச்சல் போட்டு வாழ்வை ஊக்கத்தோடு வாழ்வோமானால் பாதிக்கப்பட்டவர்களின் ஒவ்வொருவர் வாழ்விலும் ஒளிவீசும் என்பது உண்மையாகவே நிகழ்ந்துவிடும்.



இதில் ஒரு சம்பவத்தினை குறிப்பிடுகின்றேன். ஒரு மாணவன் 2009 வன்னிப் போரிலே தந்தையை இழந்தான் தாயின் ஆதரவிலே தனது கல்வியைத் தொடரும் போது தாயும் புற்றுநோயால் இறந்துவிடுகின்றார். ஆனாலும் அதே ஆண்டில் பாட்டியின் ஆதரவில் இருந்துகொண்டு O/L பரீட்சைக்குத் தோற்றுக்கின்றான். ஆனால் அந்த மாணவனின் முயற்சியின் பெறுபேறாக கணிதபாடம் சித்தியடையவில்லை. ஏனைய பாடங்களில் சித்தியடைந்துள்ளான். மீண்டும் அவ் மாணவன் பாட்டியின் ஆதரவில் வளர்ந்து பரீட்சை எழுதுவதற்கு தயாராகும் போது பாட்டியும் இறந்துவிட்டார். அந்த மாணவன் தனக்கு யாருமே இல்லை என்று அவனுக்குள் நினைத்தாலும் தற்போது கணித பாடமும் சித்தியடைந்து தற்போது சிறுவர் இல்லத்திலிருந்து தனது உயர் தரத்தைக் கற்றுக் கொண்டிருக்கின்றான். உறவுகளே இவை எமது சமூகத்தில் நடந்தேறும் உண்மைகள். எத்தனை வலிகளையும் சுமைகளையும் தனக்குள் சுமந்தவனாக இருந்தாலும் சுய முயற்சியும் விடாமுயற்சியும் அம் மாணவனை சாதிக்கத் தூண்டியுள்ளது.

எனவே துன்பம் எமது வாழ்வில் பல வடிவங்களில் வரலாம் எம்மில் சிலர் சிறு சிறு விடயங்களுக்காய் மனமுடைந்து வாழ்வை அழிக்கின்றார்கள். அது மட்டுமல்லாது செயற்பாடுகளில் முயற்சி செய்யாது தாம் தனித்துவிடப்பட்டவர்களாக நினைக்கின்றார்கள். அப்படியல்ல இறைவன் எமை உலகிற்கு உவந்தளித்தது வாழ்வதற்கே! ஒவ்வொருவருக்குள்ளும் ஒருவித ஆற்றலைக் கொடுத்திருக்கின்றார். அதனை நாமே ஊக்கத்தோடு உருவாக்குவோம். அப்போது நாம் “துன்பம் அகன்று இன்பம் காணலாம்”.

கவிதைகள்

கட்டுரைகள்

நோர்காணல்கள்

அட்டைப் படத்திற்கான படங்கள்

உள ஆற்றுப்படுத்தல் நிகழ்வுகள்

எதுவாயினும் எழுதி எமது முகவரிக்கு

அனுப்பி வையுங்கள்.

தரமானவை பிரசுரிக்கப்படும்.



மீண்டும்...

ஊக்கமாய்

சுற்றிவரும் உலகில் சுழன்றுவரும் மனிதா  
சுற்றங்கள் எல்லாம் சுமையாகிவிடினும்  
சுறுசுறுப்பாய் மாறிடு சுமைகளை இறக்கிவிடு  
சுற்றங்கள் வியந்திட சுகமாக வாழ்ந்துவிடு

தன்னம்பிக்கையும் விடாத முயற்சியும்  
தன்னகத்தே கொண்டு உயர்ந்துவிடு  
தன்னிகரில்லாத தன் மதிப்பை  
தலை போனாலும் தணித்துவிடாதே

உற்சாகமும் ஊக்கமும் கொண்டு  
உயருமட்டும் உயர்ந்துவிடு  
உவகையும் அழகையும் உன்னகத்தே  
உரம்போல ஆகும் மாற்றிவிடு

துன்பங்கள் சூழ்ந்திடினும் தூர விலக்கிவிடு  
இன்னல்கள் ஆளாமல் இலகுவாய் இருந்துவிடு  
தோல்விகளை எல்லாம் முதலாய் மாற்றிவிடு  
வெற்றிகள் நடைபோட ஊக்கமாய் ஆக்கிவிடு

திருமதி ஜெ.ஜெ.வெ.றமணி  
ஆசிரியை  
யா/சில்லாலை ரோ.க.த.க.பாடசாலை



# ஊக்கமும் நல் விளைவுகளும்

## For every action there is an equal and opposite reaction - Newton



இ.அ.திலகரட்ணம்  
கரித்தாஸ், யாழ்ப்பாணம் கியூடெக்

எல்லா மனித செயலும் ஒரு விளைவை ஏற்படுத்தும். இதனால் “விளைவுகள்” மனித செயலின், எதிர் வினையாக கொள்ளப்படும். மனித செயல் பௌதீகவியல் நோக்கிலும், ஆன்மீக நோக்கிலும் “விளைவுகள்” செயற்பாட்டுடன் தொடர்புபட்டதாகவே காணப்படுகின்றது. ஆனால் செயல் நேரடியாக தொடர்புபட்டவனுக்கு தான் விளைவுகளை ஏற்படுத்தும் என்ற அவசியம் இல்லை. இதனால் தற்கால மனித செயற்பாடுகளில் “விளைவுகள்”

பற்றிய புலக்காட்சி (Perception) மாறுபட்டு, திரிபுபட்டு செல்லும் போக்கு காணப்படுகிறது.

**செயற்பாட்டின் விளைவுகளின் தாக்கம் சார்ந்த பார்வையில்**

- ◆ செயற்பாட்டில் ஈடுபட்டவனை நேரடியாகதாக்கும் விளைவுகள். (நெருப்பில் கை வைத்து சுடும்.)
- ◆ செயற்பாடு குறித்துக் காட்டிய அடுத்தவனை, குழுவை அல்லது சமூகத்தை தாக்கும் விளைவு. (திட்டமிட்டு பழிபோடுதல்)
- ◆ செயற்பாடு குறித்துக் காட்டாத அடுத்தவனுக்கு குழுவுக்கு, சமூகத்துக்கு அப்பால் மனித குலத்தை பொதுவாக தாக்கும் விளைவுகள். (மரம் வெட்டுதல்)

விளைவுகளின் தாக்கம் என்ற நிலைப்பாட்டில் இறுதியாக காட்டப்பட்ட மனித குலத்தை பொதுவாக தாக்கும் விளைவுகள் சார்ந்த செயற்பாட்டில் பொதுவாக மனிதன் அக்கறை கொள்வதில்லை. குறிப்பாக அபிவிருத்தியடையாத, தன் னிறைவு அடையாத நாடுகளில் தன்னைக் காப்பாற்றிக் கொள்ளுதல் என்ற



வகையில் பல செயற்பாடுகள் முன்னெடுக்கப்படுகின்றன. இதனால் பாரிய சமூக பொருளாதார அவலங்களை சந்திக்க வேண்டியிருக்கிறது. குறிப்பாக ஆன் மீக விழுமியங்கள் வலுக்குன்றி போகக்கூடிய வகையில், மனித மாண்பை, நல்லாட்சியை, ஜனநாயக கோட்பாட்டை மதிக்காது அதிகாரத்தை கையிலெடுக்கும் செயற்பாடுகள் இன, மத வருமானவலு அடிப்படைகளில் சிறுபான்மையினராக காணப்படுபவர்களுக்கு ஏற்படும் விளைவுகள் கருத்தில் எடுபடாது அவர்கள் துன்பப்படும் நிலை தொடர்கின்றது.

**செயற்பாட்டின் விளைவுகளின் பாதிப்பு சார்ந்த பார்வையில்**

- ◆ பொதுவாக மனிதருக்கு சாதகமான தாக்கத்தை கொண்டுவருதல். (மன்னித்து மறத்தல்)
- ◆ சுயநல நோக்கிலானதும் தனிமனிதனுக்கு சாதகமான தாக்கத்தை கொண்டுவருதல். (வீட்டுக் குப்பைகளை வீதியில் போடுதல்)
- ◆ பொதுவாக மனிதருக்கு பாதகமான தாக்கத்தை கொண்டுவருதல். (மனம் புண்பட பேசுதல்)
- ◆ மற்றவருக்கு பாதக விளைவை ஏற்படுத்தாது ஆனால் செயலில் ஈடுபட்டவருக்கு பாதக விளைவை ஏற்படுத்தல். (ஒதுங்கி வாழ்தல், இச்சையுடன் ஒரு பெண்ணைப் பார்த்தல்.)

மேற்பார்த்த இறுதி செயற்பாடுபற்றி பொதுவாக சமூகத்தில் அலட்டிக் கொள்ளாத போக்கு காணப்படுகின்றது. இதனால் அயலவனைப் பற்றி அக்கறை கொள்ளாத வாழ்வு முறைக்கு பழக்கப்பட்டு பெற்றோர், முதியோர், நோய்வாய்ப்பட்டோர், மாற்றுவலு கொண்டோர், உளநலம் குன்றியோர் எதிர் கொள்ளும் விளைவுகள் பாராமுகமாக விடப்பட்ட புரையோடிப் போன சமூகமாக மாறும் போக்கு காணப்படுகிறது.

**செயற்பாட்டின் விளைவுகளுக்கான காலவரையறை சார்ந்த பார்வையில்.**

- செயற்பாட்டின் விளைவுகள் உடனடியாக நிகழ்தல். (கத்தியால் வெட்டி காயப்படுதல்)
- செயற்பாட்டின் விளைவுகள் குறிப்பிட்ட காலத்திற்கு பின்பு நிகழ்தல். (மரம் வளர்த்தல்)
- செயற்பாட்டின் விளைவுகள் குறிப்பிட முடியாத நீண்டகாலத்திற்கு பின்பு நிகழ்தல். (விவசாய இரசாயனப் பாவனை)



- செயற்பாட்டின் விளைவுகள் நிகழுமா? நிகழாதா? என நிச்சயப்படுத்த முடியாதவை. (பிள்ளை வளர்ப்பு)

இங்கு உடனடியான விளைவுகள் நிகழும் செயற்பாடுகளுக்கு கொடுக்கும் முன் எச்சரிக்கைபோன்று ஏனைய நிகழ்வுகளுக்கு மனிதர் முன் எச்சரிக்கை கொள்வதில்லை. இது அடுத்த சந்ததியினருக்கு பாதுகாப்பாக உலகத்தை ஒப்படைக்கும் பொறுப்பிலிருந்து எம்மை பின் தள்ளிவிடலாம்.



இன்றைய உலகமயமாதல் நிலைப் பாட்டில் முழுமையான வர்த்தக போட்டிச் சூழலில் நுகர்வு பொருளாதார செயற்பாடுகளின் விளைவுகள் பற்றிய விபரணைகள் திரிபுபடுத்தப்படுவதற்கு வாய்ப்பு அதிகம். குறிப்பாக அரசியல் நாட்டமிக்க சமூகக் கட்டமைப்பில் திரிபு படுத்தப்பட்ட விளைவுகளில் அக்கறை கொள்ளாமலேயே செயலில் ஈடுபடுகின்ற நாட்டம் வளர்ந்துள்ளது. இந்நிலை பாரிய தனி மனித, சமூக, வாழ்வியல், ஆன்மீகவியல், சூழலியல்

தாக்கங்களை ஏற்படுத்தும் செயற்பாடுகளை மறைமுகமாக தூண்டுகின்றன. எனவே தனிமனித குழு சார்ந்த, சமூகம் சார்ந்த செயற்பாடுகளில் விளைவுகள் பற்றிய தெளிவானதும், ஆழமானதுமான புலக் காட்சியை கொண்டிருக்க வேண்டியதன் முக்கியத்துவத்தை நாம் உணர்ந்து கொள்வோம்.

**செயற்பாடுகளில் விளைவுகள் பற்றிகருத்தில் கொள்ளப்பட வேண்டியவை**

- குழந்தைக்கு தாராளமாக தாய்ப்பால் கொடுக்க முன்வராமை.
- பெற்றோரின் அரவணைப்பு முழுமையாக பிள்ளைக்கு கிடைக்காமை.
- பிள்ளைகளின் அசைவாட்டம் முறையான கண்காணிப்புக்கு உட்படுத்தப்படாமை.
- சிறுவரின் இயல்பான அசைவுகளுக்கு வசதி வழங்காமை.
- சிறுவர் ஆர்வம் காட்டும் தேர்ச்சிகளுக்கு ஆர்வம் வழங்காமை.



- குழந்தை, சிறுவர்களின் இயல்புக்காங்களை தெரிந்தும் தெரியாமலும் உறவினரால் தூண்டப்படுவதை தவிர்க்காமை.
- சிறுவர், இளைஞர்களை அவர்களுக்கு விருப்பமில்லாத வழிகளில் வற்புறுத்துதல்.
- சிறுவர்களின் ஆளுமை வளர்ச்சியை உதாசீனப்படுத்தல்.
- இளைஞர்களின் உரிமைகளுக்கு மதிப்பு கொடுக்காமை.
- இளைஞர்களின் சமூக ஒப்புரவிற்கு வரையறை போடுதல்.
- பெற்றோரின் சொற்பிரயோகம், நடத்தை, மனப்பாங்கு பற்றிய கட்டுப்பாடினமை.
- முதியோர் பாதுகாப்பை உதாசீனப்படுத்தல்.
- மனிதர்களை அழிவுப் பாதையில் அழைத்துச் செல்லுதல்.
- உத்தியோக கடமைகளில் பொறுப்பேற்றலைப் புறந்தள்ளல்.
- சக மனிதருடைய உரிமைகளில் தலையிடுதல்.
- சுதந்திரமான கருத்து வெளியிடுதலை தடைசெய்தல்.
- மனித கடத்தலுக்கு உடந்தையாய் இருத்தல்.
- பலவீனமானவர்கள் மீது பலாத்காரம் பிரயோகித்தல்.
- தொற்றுநோய் காவிகள் பற்றிய விபரங்களை மறைத்தல்.
- உயிரின் பெறுமதியை உணராது செயற்படுதல்.
- பொய்யான உத்தரவாதம் கொடுத்து ஏமாற்றுதல்.
- சூழல் பாதுகாப்பை புறந்தள்ளுதல்.

விளைவுகள் பற்றிய புரிதல் மனித சமுதாயத்தை ஆரோக்கியமான மகிழ்வான ஒப்புரவான வாழ்விற்கு வழிவகுக்கும்.

நன்றி.

டாக்டர்:- ஹெர்மன் ரைபர் (ஆராய்ச்சியாளர்) சொல்வார்: 'இறுக்கமான சூழ்நிலைகளை இலகுவாக்க ஒரு சிரிப்பே போதும். இரண்டாவது உலக மகாயுத்தத்தின்போது சேற்றிலும், களைப்பிலும் சிக்கி மரணத்தின் விளிம்பில் நின்றாலும் அந்த அபாயகரமான சூழ்நிலைகளிலும் யூனிட் கமாண்டர்கள் சிரித்தார்கள். அது நம்மாலும் முடிகிற காரியம் தான்' என்று.

நன்றி - "இன்றுமுதல் புதிய வாழ்க்கை"



## கயமதிப்பை அதிகரிக்கும் தூண்டுதல்கள்



தமிழாக்கத்திற்காக அனுப்பியவர் : Sr. கிறிஸ்ரேபேல், தி.கு.

தூண்டுதல்/ஊக்கம் என்பது ஒருவர் ஒரு செயலை தனிப்பட்ட விதத்தில் செய்வதற்கு தூண்டுதல் தரும் முன்னிலையாகும். இவ்வாறு செயற்படவிடும்போது இலக்கை அடைவது இலகுவானதாயிருக்கும். போட்டிகள் நிறைந்த இந்த உலகில், ஒவ்வொரு வழிகாட்டிகளினதும்/ தலைவர்களினதும் முக்கியமான பணி எதுவெனில் தனது மக்களை/ பணியாளர்களை உயர்ந்த இலக்குகளை வடிவமைக்கச் செய்தலும் அதை அடையச் செய்தலும் ஆகும். இதற்கு ஊக்கமளித்தல் மிக மிக அவசியமானதாகும்.

பணிபுரியும் இடத்திற்கு மட்டும் உரியதுதான் ஊக்கமூட்டுதல் என வரையறை கிடையாது. ஊக்கமளித்தல் எங்களுடைய வீடுகளிலும், சமூகத்திலும் மிக முக்கியமானது என்பதை எவரும் மறுக்க முடியாது. உதாரணமாக ஒரு குழந்தை பால் குடிப்பதற்கும் சத்துள்ள உணவை உட்கொள்வதற்கும் ஊக்கமூட்டப்படுகின்றார்கள். நமது வீடுகளில் ஒவ்வொருவரும் அமைதியுடன் வாழ பல்வேறு வழிகளில் ஊக்கமூட்டுதல் நடைபெறுகின்றது.



நமது சமூகத்தில் பல நிலைகளில் வாழும் ஒவ்வொருவரும் தமக்குரிய பணிகளை மேலும் அதிக திறன்களை பாவித்து தரத்துடன் செய்ய எண்ணிலடங்காத வழிகளில் ஒவ்வொரு நாளும் ஆதிக்கம் செலுத்துகின்றார்கள். பலர் மக்கள் மத்தியில் பரிசில்கள் வழங்கி பாராட்டப்படுகின்றார்கள், பெருமைப்படுத்தப்படுகின்றார்கள். ஒரே காரணம் தொடர்ந்து நன்மைகளை செய்வதற்காகவே! ஒருசிலர் ஒரு பணியிலிருந்து உயர்ந்த பணி நிலைக்கு உயர்த்தப்படுதல் ஊக்கத்தின் இன்னுமொரு வகை. இதனால் அவர் தன் பணியின் முக்கியத்துவத்தையும் நோக்கத்தையும் உணர வாய்ப்புக்கள் அதிகம்.



ஒவ்வொருவரின் சிந்தனையும் செயலும் ஒருவரை மற்றவரிடமிருந்து வேறுபடுத்தி காட்டுகின்றது. ஒவ்வொருவரின் நோக்கமும் தனிப்பட்ட தாய் இருக்க, அவர்களை ஆதிக்கம் செலுத்தும் காரணிகளும் வேறுபட்டுக் கொண்டே இருக்கும். பணம், சொகுசு, சுகபோகங்கள், பாராட்டுக்கள் என்பன ஊக்கமளித்தலின் வகைகளாகும். இவைகள் ஒவ்வொருவருக்கும் தன்னிறைவையும் மகிழ்ச்சியையும் கொடுக்கும் ஊக்கிகளாகும்.

ஊக்கிகளில் நல்லதும் உண்டு தீயதும் உண்டு. ஒவ்வொருவரின் சிந்தனையும் தனித்துவமானதால் செயல்களும் அதிகம் அதனோடு ஒத்ததாகவே அமையும். இது தனி நபரின் ஆளுமைப் பண்புகளை வெளிப்படுத்தி நிற்கும். இவற்றை ஒவ்வொருவரும் அறிந்துகொள்ளுதல் இலட்சியம் நிறைந்த பயணத்திற்கு வலுச் சேர்க்கும்.

ஊக்கிகளில் நல்லதும் உண்டு தீயதும் உண்டு. ஒவ்வொருவரின் சிந்தனையும் தனித்துவமானதால் செயல்களும் அதிகம் அதனோடு ஒத்ததாகவே அமையும். இது தனி நபரின் ஆளுமைப் பண்புகளை வெளிப்படுத்தி நிற்கும். இவற்றை ஒவ்வொருவரும் அறிந்துகொள்ளுதல் இலட்சியம் நிறைந்த பயணத்திற்கு வலுச் சேர்க்கும்.

ஒருவர் செய்யும் செயல் மகிழ்ச்சி அளிக்க வேண்டுமென்றால் அது அவருடைய உள்ளநோக்கத்தை பொறுத்தே அமையும். வெளிப்புறத்திலிருந்து வராமல் ஒருவரின் உள்ளத்திலிருந்து வரும் மகிழ்ச்சியையே இது சுட்டிக் காட்டுகின்றது. உதாரணமாக மாணவர்கள் வெற்றியை இலக்காகக்கொண்டு உயர்வான தன்னம் பிக்கையோடு வாழ்தல் செயற்படுதலைக் குறிப்பிடலாம். சமூக சேவையாளர்கள்கூட சமூகத்தில் நல்லதை செய்ய உள்ளார்ந்த ரீதியாக



தூண்டுதல் பெறுகின்றார்கள். மேலும் இரத்ததானம், மற்றும் கண்ணை மற்றவர்கள் வாழ்வதற்காக வழங்குதல் உள்ளார்ந்த தூண்டுதலால் ஏற்படுவதே.

பாராட்டுதல், நல்ல பெறுபேறு, பரிசு, தானம், என்பன வெளியே இருந்து ஒருவரை தூண்டுதல் செய்யும் காரணிகளாகும்.

மறைந்திருக்கும் ஆற்றல்கள், திறமைகளை வெளிக் கொண்டுள்ளீர்கள்! - அது உங்களை உருமாற்றும் புதிய செயல்களை செய்யத் தூண்டும். வீட்டிலும் வேலைத்தளத்திலும் சமூகத்திலும் உங்கள் திறன்களை விருத்திசெய்ய விரும்பும்போது, அது உங்கள் சுயமதிப்பை அதிகரிக்கும் மாற்றம் உங்கள் கைகளிலே உள்ளது. வாழ்வின் இனிமையை தக்கவைக்க நல்ல வழிகளை தெரிவுசெய்வதுடன் வெற்றிகரமான வாழ்க்கையை வாழ, தூண்டுதல் பெற்றுக் கொண்டே இருங்கள்!

## உழைப்பு

உழைப்பு உள்ளவனால் தான் எதையும் உருவாக்க முடியும். தனது குணநலன் உட்பட நீங்கள் உழைக்காவிடில் தேங்கிய நீருக்குச் சமம். தேங்கிய நீரில் பாசி பிடிப்பதுபோல், உங்களையும் சோம்பேறித்தனம் பிடித்துக்கொள்ளும்.

உங்களால் உழைக்க முடியாது என்றால் யாரையேனும் சார்ந்துதான் வாழவேண்டி இருக்கும். உங்களுடைய வானத்தை மட்டும் அன்றி பூமியையும் நீங்கள் இழந்து விடுவீர்கள். சொந்தக் காலில் நின்றால் தான் சுதந்திரம்.

வாழ்க்கையில் சுடர்விட விரும்பினால் உழையுங்கள். நீங்கள் எதிலாவது தோற்றிருந்தால், போதிய சக்தியை செலவிடவில்லை என்றுதான் அர்த்தம். இலாபம் தரக்கூடிய வேலையை தோந்தெடுங்கள். ஒழுங்காக உழைத்தால் நிச்சயம் முன்னேற்றம் உண்டு.



சாதிக்க பிறந்த

மனிதன் ி

பிறக்கும் போதே மனிதர் எவரும்  
திறமை கொண்டு பிறப்பதில்லை  
வளரும் விதத்தில் வாய்ப்பு கிடைத்தது  
வளர்ச்சி பெற்றிட மறந்ததில்லை

வாழ்க்கை என்பது போராட்டம் நிறைந்தது  
போராடும் துணையும் தளர்வில்லா மனமும்  
வெற்றிக்கு உதவும் தாரக மந்திரம்.

முடியாதது என்று எதுவும் இல்லை  
முயன்று பார்க்கும் மனிதனிடத்தில்  
முயற்சி என்பதை மூச்சாய் கொண்டவன்  
சாதனைகள் கண்ட வரலாறு உண்டு

உய்ரே போதும் நிலையிலும் கூட  
முடியும் என்று முயலும் எண்ணமே  
எதனையும் வெல்லும் ஊக்கம் கொடுக்கும்  
உன்னை உயர்த்தும் உந்து சக்தி

மண்ணில் விழுந்த ஒற்றை விதை  
முளைத்து வந்து விருட்சமாதும்  
உன்னில் இருக்கும் திறமைகளை  
ஊக்கத்தைக் கொண்டு உயர்வை நாட்டு  
உனக்கென்று எதுவும் தடைகள் இல்லை  
முன்னேறும் வழியை மனதில் கொண்டால்  
முன்னேற்றப் பாதையில் நீயும் நடந்தால்  
இமயம் கூட நீ எளிதில் தொடுவாய்



சாத்க்கப் பிறந்த மன்தன் றீ  
சங்கட எண்ணங்கள் வேண்டாம் மனதில்  
ஊக்கமெனும் எண்ணம் உன்னை இயக்கட்டும்  
தளர்வில்லா உன் உடலும் தெம்பாய் இருக்கட்டும்

ஊக்கம் என்பது உயிரைப் போன்றது  
உன்னுள் இருந்தால் உன்னை இயக்கும்  
உலகம் எல்லாம் உன் கையில் அடங்கும்  
எல்லைகள் இல்லா சாதனைகள் தொடரும்

வீழுவதும் எழுவதும் எழுச்சியோடு ழயல்வதற்கே  
வீழ்துகள் வீருட்சமரகட்டும் உலகத்தின் வெளிச்சமரகட்டும்  
ழயன்றால் சேரதனைகளும் வரய்ப்புகளராதும்  
சாதனைகளின் வார்ப்புகளராதும்  
வேதனைகளின் எல்லை தரண்டி  
வீருதுகளை மலையாகட்டும்

பள்ளத்தை தரண்டிவரும்  
வெள்ளம் தான் வேகங்கொள்ளும்  
ஊக்கத்திற்கே உயர்வீருக்கும்

ழடியுமென்றவர் தோற்றும் இல்லை  
ழடியாது என்றவர் ஜெய்த்தது இல்லை  
வெற்றியின் விலாசம் வீடாழயற்சீ  
வீடாழயற்சீ என்பது ஊக்கம் தானே.

கவிதை ஆக்கம் -

ச.சந்திரதாஸ் - மண்டைகீவு





## உளவியலாளர் வரிசையில்....

வில்லியம் ஜேம்ஸ் 1942 - 1910

நியூயோர்க் நகரில் ஊக்கமூட்டும் பண்புடைய நல்ல குடும்பத்தில் வில்லியம் ஜேம்ஸ் 1842ல் பிறந்தார். இவருடைய தந்தை மெய்யியலிலும் இறையியலிலும் பாண்டித்தியம் பெற்றவர் மட்டுமன்றி தனது பிள்ளைகளுக்கு சிறப்பான கல்வியை ஊட்டப் பெரிதும் பாடுபட்டவர். ஜேம்ஸின் பிள்ளைகள் அடிக்கடி ஐரோப்பிய நாடுகளுக்கு பிரயாணம் செய்து, பிரசித்தி பெற்ற கல்லூரி களில் கற்றுத் தேர்ந்தனர். இவ்வேளைகளில் அக்காலத்து கலாச்சார விழுமியங்களையும் கற்றுக்கொள்ளும் வாய்ப்பினை அதிகம் பயன்படுத்தினர்.

வில்லியம் ஜேம்ஸ் உளவியல் துறையில் பிரசித்தி பெற்றவர்கள் வரிசையில் பாடுபட்டு உழைத்து முக்கிய இடம்பிடித்தார். அவரது சகோதரர் ஹென்றி ஜேம்ஸ் அமெரிக்க எழுத்தாளர் பட்டியலில் முக்கிய இடத்தை வகித்தவர். கல்லூரின் ஆரம்பத்தில் வர்ணம் பூசும் ஒருவராக வர விருப்பம் கொண்டிருந்தார். ஆனால் அவரது தந்தை விஞ்ஞானம் அல்லது மெய்யியலைக் கற்க ஊக்கமளித்துக் கொண்டிருந்தார். அமெரிக்க உள்நாட்டு போரில் பணிபுரிய ஜேம்ஸின் இரண்டு சகோதரர்கள் அனுப்பப்பட்டிருந்தாலும் வில்லியமும் ஹென்றியும் உடல்நலப் பிரச்சினை காரணமாக போரில் ஈடுபடவில்லை.

### தொழில்

கல்வித் தேர்வில் பல மாற்றங்கள் இருந்தபோதும் தனது விருப்பத்திற்கு அமைய முன்னேற விருப்பம் கொண்டிருந்தாலும் தனிமை, நண்பர்களைப் பிரிந்த நிலை, வீட்டு ஞாபகம் அதிகமாக இவரைப் பாதித்தன. உடல் ஆரோக்கியத்தில் குறைவு, மன அழுத்தம் என்பவற்றால் அதிகம் துன்புற்று இரண்டு வருடங்கள் ஜேர்மனி, பிரான்ஸ் ஆகிய நாடுகளில் செலவு செய்தார். இந்தக் காலப் பகுதியில் தான் கேர்மன் வொன் கெல்ம்கொற்றுடன் கல்வி கற்று உளவியலில் அதிக ஆர்வம் காட்டினார். 1969 இல் கவார்ட் விஞ்ஞான கல்லூரியில் கல்வியை நிறைவு செய்து பட்டம் பெற்றாலும் மன அழுத்தத்திற்கு மீண்டும் உள்ளானார்.

உடல் ஆரோக்கியத்தில் முன்னேற்றம் கண்ட அவரை பல்கலைக் கழக வேந்தர் ஆலோசனை வழங்கும் பேராசிரியராக ஏற்றுக்கொண்டார். நான்



ஜேம்ஸ் 35 வருடங்கள் அப்பணியை திறம்பட ஆற்றினார். ஐக்கிய அமெரிக்கா விலுள்ள உளவியல் ஆய்வுகூடங்களில் முதலாவது ஆய்வுகூடத்தை நிறுவிய பெருமை வில்லியம் ஜேம்ஸிற்குரியது.

## கோட்பாடு

### பட்டறிவின் அடிப்படைப் பண்பு

பட்டறிவின் அடிப்படைப் பண்பு பற்றி ஜேம்ஸ் பல கட்டுரைகளை எழுதியுள்ளார். பட்டறிவின் அடிப்படைப் பண்பின்படி ஒரு சிந்தனையின் உண்மையை ஒருபோதும் நிரூபித்துக்காட்ட முடியாது. சிந்தனையை அனுபம்சார் தன்மையிலேயே நாம் கவனம் செலுத்துகின்றோம்.

### பயன்பாட்டுத் தன்மை

மன நலத்தோடு தொடர்புடைய நிகழ்வுகளை சிறு சிறு துணுக்குகளாக பிரிப்பதையும் ஒரு கட்டமைப்புக்கள் போடுவதையும் ஜேம்ஸ் விரும்பவில்லை. மாறாக நடத்தையில் செல்வாக்கு செலுத்தும் சூழலின் தாக்கத்தை கருத்தில் கொண்டு நடந்தேறிய ஒரு நிகழ்வில் முழுமையிலேயே கவனம் செலுத்தினார்.

### ஜேம்ஸ் -லாஞ் முனைப்பான உணர்ச்சி நிலை

இக்கோட்பாட்டின்படி ஒரு நிகழ்வு உடல் ரீதியான உணர்வு நிலைகளுக்கு தூண்டுதல் செய்கிறது. அதை நாம் எப்படி என விபரிக்கின்றோம் என்பதில்தான் தங்கியுள்ளது. மேலும் உடல் ரீதியான தாக்கத்திற்கு நாம் கொடுக்கும் பதிலே உணர்ச்சி களாகும்.

### உளவியலின் தாக்கம்

ஜேம்ஸின் கற்கை முறையால் கவரப்பட்ட பல மாணவர்கள் உளவியல் துறையில் சிறப்பு பெற்றுள்ளார்கள். மேரி விற்றன் கல்கின்ஸ், எட்வேட் தோர்ன் டிக், G.ஸ்ரன்லிகோல் மற்றும் ஜோன் டூவி ஆகிய உளவியலாளர்களைக் குறிப்பிடலாம்.

### வில்லியம் ஜேம்ஸின் நூல்கள்

1. James, William (1890) The Principles of Psychology. Classics in the History of Psychology, an Internet Resource Developed by Christopher D. Green of York University, Toronto, Ontario.
2. James, William (1897) The Will to Believe.
3. James, William (1907) Pragmatism: A new name for some old ways of thinking. New York: Longman Green and Co.



**உங்களுக்கு 'நான்' இதோ...!**

**உடல் பசிக்கு உணவு உண்டு - தங்கள்  
உளக்குறை தீர்க்க நான் இருக்கிறேன்.**

எழுத்தாளர்களே...!

பலரது ஆலோசனைகளையும் வழிகாட்டல்களையும் ஏற்று  
வாசகர்களினதும், கல்விமான்களதும் வேண்டுகோளை கவனத்தில்  
கொண்டு எதிர்வரும் காலங்களில் எமது பிரதிகள் சில தலைப்புக்களை  
தாங்கி வர இருக்கின்றன. அதன்படி தொடர்ந்துவரும் இதழுக்கான  
தலைப்புகள்.

**சித்திரை - ஆனி**

**“ஒருங்கிணைப்பு”(Integration)**

**ஆடி - புரட்டாதி  
பொதுத்தலைப்பு**

**ஐப்பசி - மார்ச்சு  
“நம்பிக்கையுடல்” (Giving Hope)**

அடுத்த இதழுக்கான உங்கள் ஆக்கங்களை காலம் தாழ்த்தாமல்  
எழுதி 11.05.2015 திகதிக்கு முன்னர் எமக்கு அனுப்பி வைப்புகள்.  
அடுத்த இதழானது “ஒருங்கிணைப்பு” என்ற தலைப்பில் வர  
இருக்கின்றது. உங்கள் படைப்புகள் உளவியல் சார்ந்தவையாக  
அமையட்டும். - நன்றி

உங்கள் தொடர்புகளை விரைவாகவும் இலகுவாக்கிக்கொள்ளவும்

மின் அஞ்சல் முகவரி.

naanscholasticate@gmail.com



# “நான்”

மூன்று மாதங்களுக்கு ஒரு இதழாக  
வருடத்திற்கு நான்கு தடவைகள்  
உங்களிடம் வந்து கொண்டிருக்கின்றேன்.

என்னில் உங்களுக்குத் தேவையான  
உளவியற் கருத்துக்கள்  
குவிந்து கிடக்கின்றன.

என்னுடைய தனிப்பிரதி – 50/=

என்னுடைய ஆண்டு சந்தா

உள்ளூரில் – 250/=

வெளியூரில் – 6 Euro

“NAAN”

Psychological Magazine

“Vasanthaham”, Swamiyar Road,  
Colombuthurai, Jaffna, Sri Lanka.

Tel: 021 - 222 5359

E-mail: naanscholasticate@gmail.com

Registered No. QD/57/News/2015